ملحق الدستور الاسبوعي

تأسست عام ١٩٦٧

السبت ٢٣ رمضان ١٤١٤هـ الموافق ٥ اذار ١٩٩٤م / رقم العدد ٩٥٣٣ / السنة السابعة والعشرون



نازلي ايرتمتليك حرم السفير التركي تصف رمضان في بلادها، وحرم السفير السوداني تتحدث عن ايامه ولياليه ايضا

ص ٦

ما الذي يجعل مادونا امرأة من اسفلت ص ١٠



سكينة فؤاد ورحلة فوق الاشواك

ص ٧

المساء يكون جميلا اذا اتفق مع الابراج الفلكية

ص ١٥

ص ٤



بورتريه سياسي

عبدالرؤوف الروابدة

بقلم علي سعادة

لا احد يعرف على وجه التحديد من اين جاءته سرعة البداهة والقدرة على تسخير الكلمات واطلاق النكات والتعليقات الساخرة. لكن المطلعين على سيرته الذاتية يؤكدون بانه اكتسب بعضا منها بالوراثة فيما اكتسب البعض الاخر في مرحلة لاحقة من حياته.

ونرى ذلك بوضوح. اذ بعد ان انهى دراسته الثانوية التحق عبدالرؤوف الروابدة بالجامعة الاميركية ببيروت. وهي الجامعة التي كانت تستقطب في تلك الفترة ابناء الذوات والقادرين على الدفع. ولم يكن صاحبنا من بين هؤلاء. فهو مواطن عادي. وفي تلك السنوات المجدبة لم يكن من السهل على فقراء الوطن ان يرسلوا ابناءهم الى جامعات الخارج.

وقد كانت بداهته والتقاطه للكلمات الطائرة والرد المباشر على الاسئلة سببا في انطلاقته الصاروخية نحوالسياسة التي لم يكن تلميذا جديدا في صفوفها. فقد سبق له ان التحق بجماعة الاخوان المسلمين الذين اختلف معهم سياسيا فيما بعد فاعتزلهم

وقد تنازعت حياة عبدالرؤوف الروابدة اربع مراحل رئيسية. شكلت كل مرحلة مفصلا هاما في حياته السياسية. كانت اولها التحاقه بعد تخرجه من الجامعة عام ١٩٦٢، بوزارة الصحة مفتشا للصيدليات، ثم رئيسا ومديرا للصيدلة، ومن ثم مديرا للوازم ومديرا للتخطيط في نفس الوزارة، ومن ثم انتقل الى جامعة اليرموك عام ١٩٧٦ مديرا للدائرة الادارية.

وهو العام الذي كان مفصلا رئيسيا في حياة عبدالرؤوف الروابدة السياسية وشكل المرحلة الثانية، حيث استدعاه مضر بدران في ذلك العام وسلمه حقيبة المواصلات.

وفي العام التالي وقع حادث للطائرة التي كانت تقل جلالة الملكة علياء والوفد المرافق لجلالتها اثناء تفقدها لمستشفيات الجنوب، وكان من بين اعضاء الوفد الدكتور محمد البشير وزير الصحة.

ونظرا للظرف الطارىء تقرر اسناد وزارة الصحة للروابدة بالوكالة بالاضافة الى وزارة المواصلات التي بقي فيها حتى استقالة الحكومة عام ١٩٧٩ لتفسح المجال للمرحوم عبدالحميد شرف وطاقمه الوزاري.

في تلك السنوات كان الروابدة يدخل في عضوية المجلس الوطني الاستشاري الاول الذي شكل عام ١٩٧٨ وهي العضوية التي احتفظ بها في المجلسين الثاني والثالث في اعوام ١٩٨٠ و ١٩٨٢ وبقي في المجلس حتى عام ١٩٨٤.

وكان هذا العام مفصلا مهما ايضا. فشكل المرحلة الثالثة، حيث قرر مجلس الوزراء برئاسة مضر بدران تسليمه امانة العاصمة التي اصبحت فيما بعد امانة عمان الكبرى. وفي تلك السنوات السبع التي امضاها في امانة عمان كان الروابدة يجري اكبر عملية جراحية لوسط العاصمة وكان يستأصل الزوائد وما فيها ذلك من تشوهات خلقية اصابت عمان القديمة. وفي تلك السنوات ايضا كان يضيف الى عمان القديمة مساحات اخرى من الارض، بعد ان نجح في تنفيذ فكرة عمان الكبرى. فالحق بالعاصمة عدداً من البلديات والمجالس القروية.

وكان هذا النجاح بحد ذاته كافيا ليجعل من الروابدة شخصية فعالة ونقول بانه استطاع ان يتعاطى مع ثلاثة رؤساء وزارات لكل واحد منهم اجتهاداته الخاصة.

والغريب في الامر انه كان يحسب على الرئيس مضر بدران. فاذا به يحتفظ



حكاية

من بيت دجن الى الازرق...

كانت السيارة تتهادى.. وهي تاخذ طريقها نحو بلدة الازرق.. فقد كان صاحبنا واحدا من مجموعة كرمتهم احدى العائلات الصديقة ليكونوا اعضاء في جاهة تتوجه الى الازرق لطلب يد احدى بنات اسرها.. وكان هو طوال الطريق اسير من استضافوه في سيارتهم يضحكون... ويتحدثون.. وهو سارح واجم.. وكان على راسه الطير. فالجو الذي كانت تشهده المنطقة في تلك اللحظات كان يشجع على الصمت.. فطريق الازرق فيه من جو الصحراء ورائحتها الشيء الكثير.. جو ذكره بايام الشتاء الماطرة في يافا.. حين كان يعبر الطريق المؤدي من بيت دجن الى يافا.. جو كانه الشمس في يوم غائم انسام الهواء شبه الساخنة تزحف نحو الوجوه.. والانوف والعيون.. فتضفي عليها رطوبة محببة.. كان صاحبنا يالفها بل انه كثيرا ما كان يحلو له.. ان يتوقف في ذلك الجو فيروح يلهو ويلعب على جنبات الطريق حيث الرمال الحمراء المخلوطة بالزلط والحجارة الملساء وجداول من الماء تتسرب عبر قنوات الطريق الرملية.. والحشائش الخضراء.. والازاهير الملونة.. من الحنون الى الريحان.. الى الزنابق السوداء.. تنتشر عبر تلك الاودية الصغيرة..
كان يحلو له ان يجلس على تلك الرمال ويروح يبني بيوتا صغيرة من الرمل الاحمر الناعم المجبول بالماء.. ويخطط الحدائق الجميلة لها.. يرسمها بابهامه.. فما ان ينتهي من عمله حتى يكون قد رسم لوحة جميلة. على الرمال الملساء.
ويكون الغروب قد هبط على المكان. سحره المنظر الذي يراه.. امامه فالغيوم تبدا بالرحيل ليحل محلها الظلام بسوده وجوم.. وصمت غريب محبب. ويروح يقطع المسافة رغم طولها مشيا على قدميه.. فهو لا يصل الى البيت الا مع اذان العشاء حيث تنتظره مساءلة.. من والده اولا. ثم من امه ثانيا. اين كنت ولماذا تاخرت؟

الصغار لا يتاخرون كثيرا عن المغرب. وها هو العشاء. قد حل فاين كنت..
يحتار بماذا يجيب. ويحاول ان يستجمع قواه.. وشجاعته ليقول: كنت.. كنت فيرد والده: اين كنت؟
- كنت العب في الطريق .. ثم يحمل نفسه راكضا داخل البيت. فهو يعرف ان الاجابة غير مقنعة..

وانه لذاكر ذات مرة وقد كان يقضي وقته في اللعب على طريق الرملة - صرفند.. حين راى مجموعة من اصدقائه وقد حملوا معهم عدة الصيد فرافقهم الى منطقة قريبة من شاطىء العجمي في يافا.. ليعود الجميع محملين مساء بمئات من طيور الفري القادمة من وراء السهوب والبحار فهذه الطيور تستهويها شواطىء غزة ويافا وعكا وحيفا فيصطادها الناس بالمئات..
وحين دخل البيت مساء وقد حمل في يده مجموعة من الطيور ساله والده:
- ما هذا؟
تلعثم قبل ان يجيب..

- انها طيور..
- اعرف انها طيور.. ولكن من اين هي.
- ذهبت مع اصدقائي الى يافا فاصطادوها واعطوني هذه المجموعة..
اقترب والده منه وامسكه من اذنه.. وقاده الى حديقة الدار الخلفية.. وراح يشير بيده الى مجموعة من الاقفاص وهو يقول له..

- ماذا ترى
- انها طيور الفري
اذا لماذا جئت بها معك وانت تعرف ان بيتنا لا تنقطع الطيور عنه ومنه..

صحا صاحبنا على نفسه فراى نفسه انه ما زال في السيارة.. وان طريق الازرق بما فيها من رمال ملساء وبرك مائية بفعل الشتاء ولون السماء الارجواني والشمس تغيب عن المكان في يوم غائم كل ذلك كان يلح عليه ان يرجو من يقود السيارة ان يتوقف هنا .. اريد ان انزل.. اريد ان اتحسس هذه التربة المائية. في هذا الجو المائل للغروب.. فهو جو يذكرني بالذي مضى.. لكنه خجل.. الا ان السائق لامر ما.. توقف فعلا..

نزل صاحبنا من السيارة.. راح يمشي الهوينا على الطريق.. نظر حواليه فاذا بمجموعة من الشباب تمشي واحدهم يحمل مشكاة علق بها مجموعة من الطيور.
اقترب من احدهم وساله..
- لعلها طيور الفري

- اجل.. هكذا رد من ساله صاحبنا ولكن لماذا تسال..
- لا شيء.. لا شيء.. فقط اردت ان اتاكد.. ووضع راسه بين راحتيه وراح يبكي..

فوز الدين البسومي

بعد زيارته لمنطقة حوض البقعة

الاهالي ينتظرون من وزير الصحة انشاء المستشفى الصغير

كانت استجابة الدكتور عبدالرحيم ملحس لنا سريعة وسريعة جدا.. حين طالبنا من خلال هذه الصفحات في «ملحق الدستور الاسبوعي» بانشاء مستشفى في حوض البقعة نظرا للكثافة السكانية والتي تشمل سكان مخيم البقعة وصافوط وعين الباشا وابو نصير وغيرها من المناطق.. فكان رد الوزير سريعا بانه سيقوم بزيارة المنطقة على الطبيعة وبالفعل قام السيد الوزير مشكورا بالزيارة واجتمع الى المسؤولين والى السكان ووعد يومها خلال الزيارة بان هناك مبدئيا دراسة لانشاء مستشفى صغير في منطقة عين الباشا للحوامل والباطنية..

اننا فقط نكتب اليوم .. لنذكر بالوعد املين ان تتم المباشرة في تنفيذ هذا المشروع قريبا. عسى ان يكون هذا المستشفى المصغر فاتحة لمستشفى كبير يخدم سكان المنطقة جميعا..

عنهم
خالد العدوان

● د. عبدالرحيم ملحس

ماذا لو تعاونت بلديات المنطقة

الاغوار الشمالية والجنوبية تعاني من الحشرات الطائرة المستوطنة

تعاني منطقة كريمة والكرامة.. والقرن والسليخات وغيرها من المدن والقرى في الاغوار الشمالية والجنوبية من تواجد مستمر للحشرات الطائرة. حتى ليحسب الزائر لتلك المنطقة ان الحشرات قد اسست اماكن خاصة بها فلا تغادرها فحيثما جلس المرء في بستان او في حديقة او في اي مكان في الهواء الطلق يحس بان الحشرات تلاحقه.. وهي حشرات طائرة.. بدءا من الذباب.. وانتهاء بالبعوض والهسهس.. اضافة الى وجود بعض القوارض..
ان القول ان محاربة هذه الحشرات من الامور الصعبة لتواجد هذه الحشرات المستمر.. هو قول تنقصه الدقة ذلك لان بلدية كريمة بذلت جهودا كبيرة خلال السنوات الماضية في معالجة هذا الموضوع لكن جهود بلدية كريمة وحدها لا تكفي.. والمطلوب تكاتف جهود بلديات المنطقة في ايجاد مشروع مشترك بينها بحيث تقوم البلديات كلها بتنفيذ هذا المشروع فيما بينها وبحيث ايضا يكون جهد المشروع منصبا على حملات مكثفة تقوم بها الفرق التابعة للمشروع الذي تنفذه بلديات المنطقة المعنية.
ان الاغوار الشمالية والجنوبية هي من المناطق التي يرتادها الناس باستمرار. ياتون اليها لكي يقضوا فيها ايام عطلهم الاسبوعية والسنوية كونها مناطق شتوية تتمتع بالدفء ومن الواجب ان يتم بذل اقصى الجهود من اجل القضاء على الحشرات الضارة التي [...] الزائرين فحسب [...] تؤذي سكان المنطقة وفيهم كبار السن والاطفال..
انني اذ اضع [...] وهو ان يقام مشروع مشترك بين بلديات [...] لامل من [...] العقايلة وزير البلدية والقروية [...] الايعاز لكي [...] تحقيق مثل هذا [...] التعاوني الهادف [...] على صحة الناس وبيئتهم والله [...] القصد..

خالد يوسف

● احمد العقايلة

زيارة واحدة لا تكفي

الملاحات.. قرية بيوتها الطينية آيلة للسقوط والاطفال يلعبون في الشوارع فيها

كان ياما كان. قرية اسمها الملاحات.. كنت اسمع عن هذه القرية الجميلة اخبارا وسواليف كثيرة عن الحياة التي يعيشها سكان هذه القرية من حياة صعبة وقاسية بسبب الظروف الملحة.. قمت بزيارتها في يوم ماطر وجميل بواسطة حافلة صغيرة قديمة.. وعندما وصلنا تلك القرية شعرت بانني اقوم بدور اؤديه من خلال مسلسل كثير الصراع بين التنظيم والدمار لهذه القرية... مسلسل حلقاته كثيرة وطويلة..
كنت انظر من نافذة الحافلة الى بيوت الملاحات المبنية من الطين والايلة للسقوط وكلما قطعت الحافلة مسافة داخل القرية كنت اتمنى ان اشاهد شيئا جديدا لكن ظني خاب.. فشوارع القرية مليئة بالحفر والمطبات والحجارة والمياه المتجمعة الامر الذي يعرض الناس للتلوث والانكى من هذا.. ذلك المنظر الذي اثر في نفسي حين شاهدت اطفال ابناء القرية وهم يلعبون في الشوارع.. في عز البرد والمطر وبعضهم يمشون على الارض دون [...] وثيابهم لا [...] اجسامهم من [...] والسؤال الذي [...] اليس هناك من [...] تهدف الى تطوير [...] والاخذ بايدي [...] وتامين الحياة [...] لابنائه..

سميرة

الوحدات السكنية في غور الصافي غير مناسبة

السكان يطالبون بأن يتم اعفاؤهم من دفع بقية اثمانها

قامت الحكومة في بداية عقد السبعينات بتوزيع وحدات كرتونية على المواطنين تعويضا لهم عن بيوتهم التي هدمت اثر العدوان الصهيوني الغاشم على غور الصافي عام ١٩٦٨م حيث دحر جيشنا العربي الباسل جنود صهيون، ولكن هذه الغرف الكرتونية ذابت مع الزمن من حر الشمس، وكانت سريعة الاشتعال ثم بنيت بعد ذلك وحدات اسمنتية سكنية لمواطني غور الصافي، وفورفيفا، بقصد توفير السكن المريح لهم، ولتثبيتهم في ارضهم، ولمنع الهجرة ولكن الحقيقة ان هذه الوحدات التي وزعت على المواطنين بدلا من ان توفر لهم الراحة وفرت لهم الشقاء والعناء فهي ضيقة جدا مع العلم ان العائلات في الاغوار كثيرا ما تكون عائلات ممتدة.
والبيوت التي اجرت للمواطنين في فيفا عبارة عن «خشش» وهو امر يبعث على المرارة، والسكن مؤلف من غرفتي نوم وصالة واسعة بلا سقف، والمواطن في الصيف لا يلتحف الا حر الشمس. والغرف في الصيف الملتهب فيها يعني الهلاك، ولم يجد المواطن بدا من العودة للسكن في المعرشات لكي يحمي اطفاله من لفح الشمس ومع ذلك فان المواطن ما زال يدفع الاقساط الشهرية، مع العلم ان هذه الوحدات السكنية لا تستحق قيمة ما يدفع عليها ولقد ادخل عليها المواطن تحسينات كلفته الكثير من الاموال، وما زال المواطن يدفع وان اكثر من يسكن الوحدات السكنية ليس لهم دخل ثابت [...] من الاستمرار في الدفع لذلك نتمنى ان [...] المواطن من دفع ما بقي عليه من [...] وذلك لان لديه اولويات اخرى، املين من [...] المختصة النظر في الموضوع.

عرار العشوش غور الصافي
جمعة عودة المعاقلة غور الصافي
رمزي عطا عرمان غور الصافي

يوسف حياصات

هل عدم وجود مخصصات هو السبب

[...]تربية والتعليم وعدتهم بمنحهم مكآفات [...]مين جد الجد دفعوا لاناس وتركوا الاخرين

نحن مجموعة من المعلمين المشرفين على برامج حصص الثقافة العسكرية والتربوية الوطنية لطلبة الصف الاول الثانوي كنا قد وعدنا من قبل مديرية التربية والتعليم لمحافظة الزرقاء بموجب كتاب المديرية رقم ٨٦٧٦/٣٠ تاريخ [...]/٤/١٩٩٣ الذي يشير الى كتاب وزير التربية والتعليم رقم ٩٨٧٩/٤٦/١٤ تاريخ ١٩٩٣/٣/٨ بمكافاة جميع المحاضرين والمشرفين على البرنامج وفق نظام التعليم الاضافي، وما حصل بعد اكثر من خمسة شهور هو شيء عجيب فقد صرفوا مكافات فقط للمحاضرين ولم يحصل المعلمون المشرفون على الحصص المتعلقة بالثقافة والتدريب العسكري على اي مكافاة ازاء هذا قمنا بالكتابة الى مدير التربية والتعليم لمحافظة الزرقاء محتجين على ذلك فكان الرد بالاعتذار عن الصرف لعدم وجود مخصصات لذلك جاء ذلك في كتابه رقم ٢٣٣٣/٥/٣٠ تاريخ ١٩٩٤/١/٣٠.
وبما ان مضمون الكتاب الاخير يتعارض مع الكتاب الاول وبما ان صرف المكافاة لاناس دون اخرين امر يثير العجب، فاننا نناشد الدكتور خالد العمري وزير التربية والتعليم ان يوعز بصرف المكافات المستحقة لنا.

عايد البواليز
واحمد الخطيب
وفؤاد التكروري
وهاشم الشطرات

● د. خالد العمري

في محاولة لمنع انتشار الظاهرة

مدرسة ابو حنيفة الاساسية الاولى تحذر اولياء الامور من التعامل مع المتسولات وقارئات البخت

تعمل مدرسة ابو حنيفة الاساسية الاولى في جبل الاشرفية على ارساء التعاون بين البيت والمدرسة كما انها تقدم النصح والارشادات لاولياء امور الطلاب، واخر النصائح والارشادات التي صدرت عن المدرسة بادارة مديرها النشيط احمد الفاعوري هو النداء الذي يحذر المتسولات والدجالات وقارئات البخت .. يقول الكتاب الموزع على اولياء امور الطلبة ما يلي:
تتردد على المنازل بين الحين والحين نساء وفتيات اما بقصد التسول والاستعطاء واستدرار العطف والشفقة واما بادعاء معرفة البخت والحظ والتنبؤ بمستقبل ربات البيوت عن طريق الضرب بالودع او الخط على الرمل، او فتح بفنجان القهوة وما شابه ذلك من اساليب الشعوذة والدجل والضحك على ذوات العقول غير الناضجة ،او بمعنى اخر الساذجات والبسيطات، وللاسف فان ربات البيوت من هذا النوع يصدقن ما تقوله «الفتاحات» فتقوم ربة البيت باستقبال الفتاحة استقبال الضيفة العزيزة، وربما تطلب هذه بعض او كل ما تملكه ربة البيت من مصاغ وذهب بحجة قراءة بعض التعاويذ الكاذبة.
والتمتمات غير المفهومة وبشكل او باخر تهرب الدجالة من البيت بعد ان تشغل صاحبته باي شيء كان وربما تترك جواهر مقلدة (فالصو) لابعاد الشك عنها.
وهناك نوع اخر من الدجالات المتجولات، تقوم الواحدة منهن بزيارة منزل من المنازل للغرض ذاته وتقدم ربة المنزل القهوة لتتجلى في سماع بختها وتطلب الدجالة كوب ماء او خلافه لتغافلها فتضع بعض الحبوب المنومة في فنجانها لتغط في نوم عميق. فتقوم الدجالة بسرقة ما خف وزنه وغلا ثمنه من مجوهرات وخلاف ذلك لتغادر المنزل دون ان يشعر بها احد وربما تخرج امام عباد الله من سكان المنطقة وبشكل عادي دون ان تثير الشبهات.
وعلى هذا عليكم التنبيه على زوجاتكم واطفالكم بعدم ادخال الغرباء والغريبات والدجالات للبيوت، بل يجب الابلاغ عنهن لاقرب مركز للشرطة والاستعانة بالجيران للدلالة عليهن، اذ ربما يكن قد اقترفن جرائم سابقة في مناطق اخرى، وبذلك نكون قد حفظنا اموالنا ومجوهراتنا من ناحية وخلصنا المجتمع من الدجالات من ناحية اخرى.
والمهم ان تعرف ربات البيوت ذلك بان يكن عاقلات فلا يركضن وراء الدجل والتخريف، ولا يصدقن ما تقوله الدجالات والكاذبات فهل تتعظوا بما وقع به غيركم من جراء ذلك؟

مدير المدرسة
احمد الفاعوري

في عصر العلوم والتكنولوجيا

ما زال التعامل السلبي مع السيارة تنقصه اخلاقيات القيادة

تمثل المواصلات الشريان الاهم في جسم الوطن. وتعطي فكرة حضارية زاهية متقدمة عنه. ولذا نرى ان الدول المتقدمة تكرم هذه الشريحة كي يستمروا في عطائهم ونبلهم ومعاملتهم لبني وطنهم خاصة والمغتربين والسواح عامة وليبتعدوا كليا عن فكرة الاستغلال او الاجرام او الانحراف او الممارسات اللا اخلاقية والتي تشوه صورة المجتمع. فالسائق يجب ان يكون امينا لابعد الحدود.
وفي مجتمعنا نماذج ايجابية من هؤلاء وكثيرا ما تجد مبالغ نقدية او صيغة او مواد عينية اودعت في مراكز الامن او اعلن عنها بواسطة الصحف او المآذن كي يستردها اصحابها وقد ابلغ عنها عدد من السائقين الشرفاء. بل وكثيرا ما وقفوا وقفات الانسانية مع المصابين في حادثة ما او ابن السبيل او من لا يجد اجرة الطريق.
ومع ذلك فانك تجد البعض من السلبيين الذين يعطون صورة قاتمة مثل اولئك الذين يستغلون الراكب او يتلفظون بالفاظ نابية او يمارسون ممارسات لا اخلاقية، او يستهترون بسلامة الركاب بالسرعة واهمل صيانة مركباتهم ولناخذ بعض الامثلة:
- في منحدرات ولفات خطيرة يمازح احدهم سيارةمقبلة لتنزلق سيارته في اعماق الوادي ويذهب من فيها جميعا وكثيرا ما حصل مثل هذا.. ويرفع احدهم صوت المسجل وياخذ بالرقص والتصفيق لتصطدم سيارته بسيارة اخرى فتحصل كارثة مروعة.
- يبصق احدهم في الهواء لتاتي على وجه سائق مجاور كان خلوقا فنصحه ان يبصق في منديل ولكنه لم يرتدع فيستمر على ذلك حتى تاتي احدى بصقاته على المراة الجانبية من سيارته فينظر اليها يحسبها على وجهه وياخذ بمعالجتها لتنحرف السيارة وتكون نتيجته الموت.
- وكم من حادثة مروعة حصلت بسبب اشعال سيجارة او تعديل مراة او كلام مع احد الركاب.
- وتحصل مشادة في احدى الحافلات فينصح احد الركاب السائق بالوقود ليعالجوا الامر فيقول اخر: المهم ان نصل بسرعة وفخار يكسر بعضه..
ان السيارات اليوم تحصد منا ما لم تحصده ساحات الوغى وحومات القتال ونحن نزرع الموت والدمار والخسارة بايدينا نحن، وان اجدادنا الذين كانوا يستعملون الدواب بانواعها كوسائل نقل كانوا يتسمون بالرزانة والاتزان والضبط والربط واكرام دابتهم ورعايتها يمارسون الخجل والحياء في سيرهم بين بيوتهم، ولكن اذا احتدمت المعارك كانوا ليوثا على متونها، وليفردوا ويعزفوا اروع انواع القصائد واجملها انظر الى احدهم يصف جواده) مكر مفر مقبل مدبر معا كجلمود صخر حطه السيل من عل
لا بل جعلوا اوصاف مطاياهم من اهم اسس بناء قصائدهم وذلك لكثرة حبهم واحترامهم لها.

احمد موسى الفسفوس

احبك
لن تسمعيني
لانك لا زلت محض افتراض
لانك وهم التكامل والامتداد
وازعم انك لن تفهميني
احبك..
هذا اذن ما لدي
وهذا الذي اثقل القلب من الف عام
وهذا هو الان سر التوحد
في الشهرزاد!
احبك..
القي الى البحر
مرثية السندباد

احمد الحشوش

ديمقراطية بثلاثة ابعاد

قد ينظر الى الديمقراطية كنمط من اسلوب اجتماعي اكتست به نصوص القوانين التي تعطي مجموعة من الافراد امكانية التحكم بما يمكن ان تؤول له امورهم المصيرية، بواسطة كيان سياسي مرن، في حيز جغرافي ما، الا ان الديموقراطية في اعتقادي هي اكثر عمقا، واشد تعقيدا من ان تتخذ وصفا سطحيا يحجب الضوء عن ماهيتها، فالديمقراطية نهج فلسفي بحت، مرتبط ارتباطا عضويا بعوامل الشخصية البشرية، والزمن، وعامل التراضي اخر، ولعل دراسة هذه العوامل، والقاء الضوء على حيثياتها مما يغذي مصداقية هذا النهج، ويفعل كفاءته في التطبيق، ويضمن ديمومته ما ارتقى الكيان البشري، وتشابكت النظم الاجتماعية تحت مظلات الكيانات السياسية.

منذ ان ادرك الفرد شيئا واحتك بشيء عرف انه ادرك ذاته، واحتك وتناغم معها، حيث عرضها رغبة في تحقيق ما يمكن وما لا يمكن والقفزة عن الواقع والمالوف،

في خطى تحمله الى التحرر من كل شيء في اطار من الفوضى والعبثية الا انه سرعان ما ادرك مجبرا اعتماده المادي وضرورة انسياقه في قيد من الافراد هو يراهم لكنه لا يفهمهم، فيعتبرهم عندئذ ببساطة مضاعفات من نفسه، فهي اول ما ادرك وثاني ما ادرك.

فاكتسب عندئذ نمطا اخلاقيا رتيبا يجعله عنصرا في مجموعة تكفيه، الا ان هذا النمط الاخلاقي، لا يطرح ثمارا، ولا يجدي نفعا، ما لم يصهر ذاته بداية في قالب اخلاقي عام، خلقه افراد اخرون سمو او ارتقوا في الجانب الاخلاقي والروحي، فكانوا انهم القالب النظيف، اولئك من راوا غيرهم بفطرتهم التي حملوها وبذور الفضيلة التي غرست في بشريتهم منذ الازل، فكانوا لهم اتجاها

حيثما اتجهوا ومجرى حيثما فاضت نوازعهم فيبتعد الفرد عن القالب متناسيا فيه شيئا مؤثرا يقلبه بالاحساس دون ان ينطق، ويقلبه بالاساس ان نطق، فيصبح عندئذ كيانا وينعم عليه من ذاته بانه ديموقراطي.

اما العنصر الزمني، الذي يحدد طبيعة العلاقة التراكمة غير الخطية حتى الوصول لمرحلة الاستقرار الديموقراطي لهذا النهج مستمد من الشخصية البشرية، وما فيها من تجميع وتراكم للخبرات الناتجة عن احداث عشوائية الاصل والكيفية، فاكتسبت بذلك طبيعتها التراكمية غير الخطية، ولعل الوصول الحقيقي لمرحلة الاستقرار بالنسبة لمجتمع يملك قدرا من المثالية، لا بد وان تكون هذه العملية ذات طابع عفوي فلا تكون خلاصة لقرار ما في ظرف ما، وفي هذه الحالة يكون الهدف ايجابيا الا ان العامل الزمني قد اهمل فاقرار هذا النهج ما قبل وعي الفرد لماهيته، وارتقاؤه عقائديا يعني انتهاء هذا النهج على يد التخلف والرجعية على الصعيد الفكري.

وبالتالي يمكن جعل هذا النهج بصورته الاجتماعية في فترة ما بين ارتقاء واستقرار الافراد فكريا وبين زمن اقصى عنده يشعر هؤلاء بالاحباط والتردي وسوء الحال، فاذا اكتسب هذا النهج مصداقية الفكر والوعي كسبب للحصول والعفوية عن الحدوث في النظام الاجتماعي فهذا يعني ان مرحلة الاستقرار لا نهائية اذا ما قورنت بزمن جيل واحد، ويبقى ذلك

مستمرا حتى لو حدث تغير جزئي، فيعدل المجتمع الراقي نفسه ويبقى على شاكلته، وقد يتناقص هذا الاستقرار برجعية من داخل المجتمع، او تاثير مستمد من خارجه، لا سيما اذا لم نتناس عدم مثالية ووحدانية المجتمع في الواقع الذي نحياه.

ولعل العامل الاهم في تواصل النهج الديموقراطي هو وجود مستوى اسنادي والتراضي، ذو طابع ابداعي اقرب ما يكون ان يغدو مطلقا عند النظر الى مدى كفاءته بمقارنة واسناد شتى الاحداث دون الاخذ بزمن حصولها، او من يؤدون هذا الدور في واقع ما، فيوجد عندئذ تقييم مثالي بعيد عن المواربة والمزاجية، وفي اعتقادي فان هذا المستوى هو نتاج عن مزيج طويل الامد، بين ما يستسيغه الفرد في اطار المنطق والمعقول، وبين فلسفة وروح الاخلاق، هذا المزيج هو ثورة وجدانية دائبة،

ثورة على الحاضر باسم المستقبل، وثورة على المتحقق باسم ما يجب تحقيقه، ثورة على بالاهداف باسم الغايات، وثورة على القيم باسم الحرية والعدالة، هي انبعاج رهيب في قالب الفكر وروح حية تنشر مزيدا من العمق، وترتدي مزيدا من التخلف، فلا تصبح عندئذ السلبية اعتقادا والرجعية وجهة نظر.

لنقتطع جزءا من الزمن نعيشه في التامل، حتى لا نفقد زمنا كاملا نحياه على قشور انفسنا ومدخرات عصرنا ولنصعد باقدتنا الى الخيال، بينما ايدينا معفرة بالواقع، ويكفي ان نفهم انفسنا، ونطور نهجنا حتى لا ياتي زمن اسود، نقول فيه لركب البشرية قف نريد ان ننزل!!

زيد عيسى العتوم

هكذا من الأصل

ارقام مخيفة تحفز الناس على الاقلاع عن التدخين

اربعة آلاف نوع من السموم في الدخان الذي يدخل ... وكلها يؤدي الى سلسلة من الامراض التي تثير ...

تحقيق محمد حسان

هل ترغب في تجربة الانتحار على احدث الطرق العالمية باستخدام اول اكسيد الكربون؟ هل تشعر انك في حاجة الى الحياة في احدى غرف الاعدام الراقية التي يملأ سماءها واركانها غاز سيانيد الهيدروجين القاتل؟ وهل تتمنى ان تشارك ملايين الناس في مختلف دول العالم في الاقبال على الموت البطيء باستخدام ٤٠٠٠ مادة سامة تتخلل احشاءك وتتعمق في شهيقك وزفيرك مع اعلان بسيط تسجله لغة الموت لدعوة القطران والامونيا والبنزويدين وغيرها للاقتراب من عالم الالم والمواجع؟

اذا كنت ترغب في هذا العالم اللذيذ بكامل قواك العقلية وارادتك القوية فلا تيأس، فقط ... الناس مبكرا الى حفل تابينك، واقتحم عالم الانتحار والموت والاعدام اللذيذ، واشعل سيجارتك ورحب بالموت البطيء.

لقد اشارت احدث دراسات واحصاءات منظمة الصحة العالمية الى ان التدخين وراء وفاة ... ملايين شخص سنويا، وانه يمثل العامل الرئيسي المدمر للقوى البشرية في مختلف دول العالم، وخاصة البلدان النامية، وهو رقم مخيف ويمثل جرس انذار لكل مدخن يحتضن سيجارته القاتلة باصبعيه وشفتيه وعقله وارادته.

ضحايا وتحذيرات

خلف تلك الارقام المخيفة تاتي تحذيرات اساتذة جامعة سنسيناتي بولاية اوهايو الاميركية من ان تدخين سيجارة واحدة ينقص من عمر المدخن ٧ دقائق وان تدخين ١٠ سجائر يوميا يفقد عمره ساعة من الزمن القادم، وان هناك حالة وفاة كل ١٣ ثانية في العالم وخاصة البلدان النامية التي تنتج ٩٠٪ من الدخان.

وتفسير تلك الارقام والاحصاءات ياتي من مصر وفي دراسة على ٢٠٠ من المدخنين اجراها اساتذة جامعة الزقازيق لتؤكد ان تدخين ١٠ سجائر في اليوم يرفع نسبة الدهون منخفضة الكثافة في الدم، وهذا النوع من الدهون هو المسؤول الاول عن الاصابة بتصلب الشرايين، والنوبات المتباينة من الذبحة الصدرية، بالاضافة الى ارتفاع ضغط الدم، وفي الوقت نفسه فان تدخين اكثر من ١٠ سجائر يوميا يؤدي الى احداث انخفاض ملحوظ في نسبة الدهون عالية الكثافة في الدم، ويؤكد الاطباء ان هذا النوع من الدهون يمثل مصدر الحماية الاول للقلب والاوعية الدموية من الاصابة بالامراض الخطيرة.

رحلة الموت

وتبدأ رحلة السيجارة القاتلة من القلب كما يقول الدكتور شريف عمر استاذ جراحة الاورام بجامعة القاهرة، ورئيس مجموعة الشرق الاوسط للسرطان والتدخين، فالسيجارة تحمل ٤ الاف مادة ومركب كيماوي سام، وكل رشفة من السيجارة تحتوي على هواء بنسبة ٦٠٪ حاملا ٥٪ من غاز اول اكسيد الكربون السام الذي يستخدمه البعض كوسيلة للانتحار، والباقي جزئيات من القطران والنيكوتين وسيانيد الهيدروجين وغيرها من المواد القاتلة ونظرا لصغر حجم الجزئيات فانها تتعمق في الجهاز التنفسي لتتركز في الدم، ومنه تنتقل الى المخ خلال ٣٠ ثانية لتضع البذرة الاولى للاثار المدمرة للتدخين، والتي تظهر بصورة قاتلة في مراحل متتالية حتى تصل الى مشارف الموت البطيء خلال ٢٠ عاما.

وتتوالى كلمات الدكتور شريف عمر: هذه الاثار تاخذ اشكالا متباينة لتدمير الجسد البشري في صورة امراض القلب والشرايين وسرطان الرئة، والتهابات الجهاز التنفسي، والضعف الجنسي، وزيادة السكر، والربو، والسعال، وضيق التنفس، وامراض الدرن ومعها الالتهابات الرئوية الحادة، والنزلات الشعبية المزمنة، بالاضافة الى رعشة بالاطراف وامراضها ولين العظام وسرطانات المثانة والكلى والبنكرياس والمعدة وقرحة المعدة وجلطات الشرايين وكذلك سرطان الرحم والولادة المبكرة للام المدخنة.

ضعف وارتخاء!

ونتوقف ايضا عند نتائج احدى الدراسات الطبية التي تؤكد ان التدخين يؤثر على الجنس بصورة كبيرة لدوره الكبير في ارتفاع معدل هرمون «النورادرينالين» في الدم نتيجة تاثير النيكوتين السلبي فيؤثر على الجهاز العصبي السمبثاوي الذي يحدث نوعا من الارتخاء البدني وارتفاع الضغط والتوتر ورعشة اليدين، مع زيادة في ضربات القلب، وهو ما يؤدي بدوره الى افتقاد المدخن للرغبة الجنسية.

ويزيد من حدة هذه الاثار ان المدخن عادة ما يميل الى تناول الاطعمة غير الصحية مما يؤثر على خط الدفاع المناعي لجسمه خاصة وانه يميل بصورة ملحوظة الى كثرة تناول السكريات والدهون بصورة غير دقيقة.

ويحذر الدكتور شريف عمر من زيادة اعداد المدخنين بين المصريين في الفترة الاخيرة وارتفاعها بنسبة ملحوظة في الدول العربية والبلدان النامية بصورة تهدد الاقتصاديات القومية، خاصة وان المدخنين من اكثر الفئات انتاجا وخبرة واقصرهم عمرا نتيجة التاثير السلبي للتدخين، فقد ارتفعت الاصابة بسرطانات الرئة والحنجرة والقصبة الهوائية لتحتل المرتبة الثالثة للاورام بين المصريين.

تأثيرات متباينة

وهنا يأتي السؤال: هل تتشابه التأثيرات السلبية للتدخين على كل مدخن؟ والاجابة تاتي على لسان الدكتور حسن حسني استاذ الامراض الصدرية بكلية الطب جامعة عين شمس قائلا: لا شك ان العلاقة بين التدخين والامراض البدنية والنفسية حقيقة علمية وطبية ثابتة وواضحة، لكن خطورة هذه العلاقة وتاثيراتها القاتلة

تتوقف على نوعية التدخين ما بين السيجار والسيجارة والشيشة، وعدد المرات حيث تصل السيجارة الى قوتها التدميرية اذا تجاوز المدخن ١٠ سجائر في اليوم الواحد.

بالاضافة الى المدة التي يستغرقها النفس وكم يتكرر في الدقيقة الواحدة والمدة التي يستغرقها حبس النفس داخل الفم والشعب الهوائية فقد اثبتت الدراسات ان ٩٥٪ من وفيات السرطان من المدخنين و٢٠٪ من اصابات النزلات الشعبية بسبب السيجارة و١٩٪ من آلام الصدر و١٧٪ ضغط الدم و٢٤٪ من المدخنين يعانون من ارتفاع نسب الدهون. وهم معرضون بنسبة ٩٧٪ للازمات القلبية المفاجئة والذبحة الصدرية والالتهابات الرئوية الحادة والاصابة بالاورام وقرحة المعدة.

وعلى خارطة المأساة تاتي ارقام المركز القومي المصري للبحوث لتؤكد ان ٣٧٪ من الشباب المصريين الذكور فوق ١٢ سنة يدخنون يشاركها ٤٤٪ من الاطباء و١٧٪ من الرياضيين وان مصر تنتج ٤٦ مليار سيجارة سنويا قيمتها ٢٢ مليون جنيه، وان ٢٥ مليونا من المصريين يدخنون وجملة الخسائر المصرية من التدخين ٤٠٠ مليون جنيه سنويا حيث يبلغ حجم الانفاق على منتجات التبغ حوالي ١١٦,٤ مليون جنيه. وتتحمل الدولة ٤ ملايين جنيه لاسرة علاج امراض التدخين وبالاقسام الخارجية ٥٦ مليونا، والداخلية ٥٧ مليون جنيه.

وفي العالم تزداد المأساة، ففي البرتغال ٣٩٪ من الاطباء يدخنون مقابل ٢٧٪ من سكانها وفي ايرلندا يدخن ٢٠٪ من الاطباء مقابل ٣٧٪ من السكان، وتبلغ نسبة طلاب كليات الطب الذين يدخنون في انجلترا ٢٠٪ وفي بولندا ٥٠٪ من السكان يدخنون اما في الفلبين فنصف السكان البالغين يدخنون بشراهة، فهي تزرع الدخان وتصنع السجائر كسلعة انتاجية من الطراز الاول وتدفع ضريبة ذلك في اصابة مواطن فلبيني بالسرطان كل ١٢ دقيقة وهناك ٢٠٪ من الطلاب بدول الشرق الاوسط وافريقيا واسيا يدخنون.

التدخين والادمان!

وهذه الارقام المخيفة دفعت مختلف دول العالم ومنظماته الصحية الحكومية وغير الحكومية الى الدعوة الى الاقلاع عن التدخين، فاذا كان العالم يدفع بعدد ٤ ملايين حالة وفاة سنويا بسببه، فان شركات التبغ تنفق سنويا ٤ مليارات دولار سنويا للدعاية لمنتجاتها، وهو مبلغ يكفي لتدبير احتياجات الدول النامية من السلع الغذائية، كما ان التدخين يعتبر الشرارة الاولى للادمان الذي يدفع ثمنه ملايين الضحايا من الشباب في العالم، وما يرتبط به من اتجاه ماساوي نحو عالم الارهاب والجريمة.

وفي مصر مثلا يتم انفاق ٧,٢٪ من دخل الاسرة على التدخين مقابل ٩٪ لشراء المواد الغذائية من اللحوم والبروتينات الاساسية.

برامج للاقلاع

ومن هنا فقد تعددت البرامج الطبية للاقلاع عن التدخين، وان كان خبراء الطب النفسي قد اكدوا ان الارادة هي العامل الاول والاساسي في التخلص منه، ومن هذه البرامج برامج غربية تعتمد على استخدام

السؤال الصعب الذي يواجهه الموظف كل شهر:

هل يمكن التنسيق فعلا حقيقيا بين الراتب والحاجات؟

● علي مقايضة ● عبدالقادر سليمان ● صالح منصور ● عدنان بواعنة ● سعيد الخواجا ● عمر عثمان

معظم الاراء تشير الى امرين يجب ان يعالجا: اولهما ضعف المردود الوظيفي وثانيهما كثرة المجالات الاجتماعية

تحقيق نبيل الشرمان

كيف يستطيع الموظف ان يوفق بين راتبه الشهري ومتطلبات الحياة؟ هذا السؤال المحير الذي طرح على العديد من القطاعات الاجتماعية المختلفة للاجابة عليه، كان محل نقد الجميع، فالاجابة عليه لم تكن سهلة، فالراتب او بالاصح الشاقل الذي يعتاش منه الموظف ويتقاضاه كل اخر شهر، قد لا يبقى في يديه اكثر من يومين، انه يذهب الى البقال واللحام وصاحب البوفوتيه ومحل البالة والخضري، وبعدها يجد الموظف ان معاشه الشهري ذهب هباء منثورا. لقد اصبح الموظف وخاصة من ذوي الدخل المحدود بمثابة (سوبرمان) اذا استطاع ان يوفق حقيقة بين راتبه الشهري ومتطلبات الحياة. وحول هذا الموضوع، كانت لنا مجموعة من اللقاءات مع الموظفين للاجابة على السؤال المحير

● صالح منصور نجيب (فني تخدير) تحدث لنا قائلا:

برايي ان التوفيق بين الراتب الشهري ومتطلبات الحياة في هذا الوقت بالذات امر في غاية الصعوبة.. فالتزامات الفرد تجاه اسرته تعددت فتراكمت المناسبات على كاهل الموظف، الامر الذي دفعه للاستدانة ومد اليد للاخرين. ان الحل برايي من مسؤولية الحكومة التي من واجبها تعديل راتب الموظف، بما يتناسب مع الوضع الحالي، وما فيه من ظروف صعبة ومشاكل اقتصادية كذلك فانني ارى ان الزيادة الضئيلة التي تقرها الحكومة لا تحل هذه المشكلة بل يجب ان تكون الزيادة مبنية على دراسة استراتيجية لواقع الموظف وظروفه وبناء على ذلك تقر الزيادة المرجوة للارتقاء بوضع الموظف والوصول به الى افضل حالة اقتصادية ممكنة.

● سعيد الخواجا (موظف) تحدث لنا قائلا:

ان الانسان كائن اجتماعي بطبعه ولا يستطيع العيش دون مشاركة الاخرين في افراحهم وتقاليدهم هذا بالطبع بعد ان يغطي الانسان احتياجاته الاساسية من ماكل ومشرب وملبس، اضافة الى التزاماته تجاه ابنائه من حيث المدارس والرسوم وغير ذلك، دون ان ننسى ايضا احتياجات كل بيت من اجهزة كهربائية اصبحت اشياء اساسية لكل اسرة. وبنا على ذلك ارى ان الموظف من ذوي الدخل المحدود لن يستطيع ان يوائم بين دخله الشهري ومصاريف الحياة ولذلك فهو يلجا الى البنوك بعد ان يكون قد فشل في ايجاد عمل اضافي او وسيلة دخل اخرى، لان الموظف يلتزم بالانفاق على اسرته، ودفع الايجار الشهري للبيت، وتامين المتطلبات الأساسية الغذائية، ومشاركة الاهل والاقارب في المناسبات الاجتماعية المختلفة، وايضا تغطية فواتير الماء والكهرباء ودفع اجور المواصلات والضرائب، انني اشعر بانه من المستحيل ان يوفق الموظف بين راتبه ومصاريفه الا اذا تضاعف راتبه الضئيل مقارنة بمتطلبات الحياة.

● علي مقايضة (معلم) قال:

كنت دائما اسال نفسي: لماذا يتذمر الموظفون من رواتبهم؟ وكان هذا السؤال يطاردني في كل لحظة حتى ادركت اخيرا ان هذا الراتب لم يعد ذلك الحلم الذي يسعى له الموظف ليقبضه كل اخر شهر.. فلقد بدا وكانه كابوس يطارد استقرار الموظف وسعادته.. ترى لماذا يطلب دائما الموظفون انجاز عملهم بالسرعة الممكنة لتحقيق الهدف المطلوب؟ ولماذا نلوم المعلم الذي يصرخ في وجه طلبته داخل غرفة الصف، وكذلك الموظف الذي يصرخ في وجه مراجعيه؟ انها حالة من الفقر والكبت النفسي الناجم عن عدم الاستقرار فلقد اصبح عدم التوفيق بين الراتب ومتطلبات الحياة بمثابة صراع مرير الم بالموظف فلم يعد قادرا على مجاراة ظروف الحياة الصعبة، حيث بات من الاكيد ان الكماليات والمظاهر الاجتماعية السائدة اوقعتا الموظف في شركهما، فلم يعد من السهل التخلص من هذه الاشياء شعورا بان التخلص من هذه المظاهر هو نفي للانسان وتهميش له يشعره بالغربة وخاصة في مجتمعاتنا الاستهلاكية.

اذن لم تعد قضية التوفيق بين الراتب الشهري ومتطلبات الحياة قضية ارتفاع سعر البندورة او البطاطا او كيلو البصل، وانما اصبحت قضية اجتماعية عامة نتيجة تاثر الموظف بالظروف المحيطة فبدات قوى الشد العكسي من مطالب اسرة، ومطالب مجتمع تحولات حقيقة بعدم التوفيق بين مصاريفه اليومية وراتبه الشهري.

● عمر عثمان (موظف) تحدث لنا قائلا:

برايي ان الموظف يمكن ان يوفق بين راتبه الشهري ومتطلبات الحياة، اذا قام بعملية تنظيم لكل المتطلبات في نهاية الشهر عادة وترتيب وحساب لباقي المتطلبات الاخرى في الحياة اليومية، حيث انه يمكن للموظف توفير مبلغ بسيط من الراتب، اذا كان لا يعيل اسرة، اما اذا كان متزوجا فيمكن ان يمر الانسان بظروف مفاجئة، وقتها لا يستطيع الموظف ان يوفق بين الراتب ومصاريف الحياة انني ارى ان عدم التوفيق بين الراتب والمتطلبات يقع دائما على كل الرجل المتزوج او من يعيل اسرة لذا فانني اطالب بضرورة الاقتصاد في الاشياء واختصار الحاجات لما هو ضروري ونبذ الكماليات.

● عبدالقادر سليمان العبد القادر (مختار) تحدث لنا قائلا:

ارى انه من الممكن التوفيق بين الراتب الشهري ومتطلبات الحياة خاصة اذا كانت هناك عملية تخطيط وبرمجة لكل متطلب على حدة، اما اذا كان هناك تصرف عشوائي ولم تكن هناك اية عملية برمجة فهذا يعني ان راتب الموظف سيطير من يديه وبالتالي فانه سيقع في شرك الديون وصراع الانسان مع نفسه واسرته. كمختار ورب لاسرة كبيرة ارى ان كثرة الزيارات والمناسبات الاجتماعية تحولان ايضا دون التوفيق بين الراتب الشهري والمصاريف اليومية. فاصبحت - مثلا - كمية السكر الشهرية من الكوبونات غير كافية الامر الذي يدفع العديد من الموظفين لشراء كميات اضافية على نفقتهم الخاصة وبالسعر الحر. ان التقاليد والعادات الاجتماعية تلعبان دورا كبيرا في هذه القضية. فلم يعد التوفيق بين الراتب الشهري ومتطلبات الحياة بالامر السهل، لذلك فانني ارى انه من الضروري اختزال الكثير من المظاهر الاجتماعية والكماليات الفضفاضة والتركيز على الاساسيات حتى نستطيع ان نوفق بين راتبنا ومصاريفنا متخذين هذه الحكمة من المثل الشعبي الذي يقول «على قد لحافك مد رجليك».

● محمود عبدالله ابو حمد (ممرض قانوني)

ان الاسلام جاء ومعه مجموعة من القواعد السمحة التي توضح كيفية التوفيق بين مصاريف الانسان اليومية ودخله الشهري، فلم يبح الاسلام الاسراف والتبذير من غير تفكير. ولا البخل لدرجة ان تكون يدك مغلولة الى صدرك. بل جاء بالوسطية بما يتناسب مع قدرات الانسان وامكاناته. فالموظف الذي يتقاضى راتبا مقداره مئة دينار يجب ان يتكيف مع هذه المئة ولكن للاسف الشديد لعبت المظاهر دورا كبيرا في حياة الانسان. فلم تعد المئة تكفي ولا غيرها. عندها بات التوفيق بين الراتب ومتطلبات الحياة امرا في غاية الصعوبة وخاصة للموظفين من ذوي الدخل المحدود، فكيف بالناس الذين ليس لهم دخل؟ انني اناشد جميع الجهات المعنية بضرورة تفعيل صندوق الزكاة حلا لمشكلة الفقر، واطالب ايضا بضرورة تحسين وضع الموظف لضمان حياة كريمة له ولاسرته.

● عدنان محمد الجراح (موظف):

برايي ان غلاء الاسعار وارتفاع المصاريف اديا الى خلق حالة من عدم التوفيق بين الراتب الشهري ومتطلبات الحياة ففي السابق لم تكن المظاهر الاجتماعية تسيطر على حياة الانسان بصورة واضحة. وكان الانسان قديما يركز على الاساسيات في الحياة من ماكل ومشرب وملبس بعيدا كل البعد عما هو غير اساسي، اما عندما جاءت المدنية فقد جاء معها الكثير من السلبيات الاجتماعية بما في ذلك المظاهر الكذابة والكماليات الزائلة فانخرط الموظف في هذه الاشياء حتى اوقعت على كاهله عبئا كبيرا لم يستطع تحمله وخاصة بسبب تدني دخله الشهري والارتفاع السريع في الاسعار وانخفاض سعر صرف الدينار وغلاء المعيشة الامر الذي دفعه للبحث عن اكثر من عمل لحل مشاكله الاقتصادية وتغطية مطالب اسرته دون الحاجة لمد يد العون الى الاخرين.

● عدنان محمد بواعنة (موظف):

برايي انه في ظل الظروف الحالية اصبح من الامر الصعب التوفيق بين الوضع الاقتصادي للانسان وراتبه الشهري بسبب تدني الراتب لقطاع كثير من الموظفين بالاضافة الى كثرة المطالب الاسرية وطغيان الكماليات واعتبارها اشياء ضرورية من الصعب الاستغناء عنها.

وقفة تأملية امام نفق الجامعة الاردنية

● امام النفق

من الممكن اعتبار نفق الجامعة الاردنية من المشاريع الهامة التي نفذتها امانة العاصمة في الاشهر القليلة الماضية، فلقد اصبح من الممكن بعد انجاز هذا المشروع الرائد المرور عبر الشارع الذي يربط الحرم الجامعي بالطرف الاخر بسهولة مما خفف من ارقام الحوادث التي كانت تحدث بين الفينة والاخرى على ما كان يسمى سابقا (شارع الموت) وانني هنا اذ اشكر معالي امين العاصمة الدكتور ممدوح العبادي على تلك الخطوة والخطوات المماثلة التي تلتها اسجل الملاحظات التالية لما فيه الخير للطلبة ولعاصمتنا الجميلة.

- ان حركة السير التي تتقدم النفق ما زالت تعيق حركة المشاة علما بان الجسر المعلق الحالي عمل على حد هذه المشكلة.
- وجود الجسر المعلق الحالي لم يعد مفيدا بوجود النفق والاجدر نقله الى منطقة اخرى ليستفيد منه الناس.
- النفق الجديد هذا يخلو من مسارب خاصة من شانها ان تخدم حركة المعاقين.
- مما يؤسف له هنا انتشار المتسولين داخل هذا النفق مما يعطي صورة غير حسنة عن مجتمعنا.
- كان الاجدر بهذا النفق ان يمتد حتى نهاية الشارع الذي يعتبر الجسر احد اطرافه.
- في اشهر العطل الجامعية يخف مستوى الخدمات في هذا النفق

واخيرا ارجو ان تلقى ملاحظاتي هذه صدرا منشرحا.

كتابة وتصوير: مها كريم المور

رمضان في البلاد الاسلامية

السودان

أي خلاف في التقاليد الرمضانية بين البلاد الاسلامية تفرضه طبيعة الطقس

لقاء: نيفين عبدالهادي

ما زالت خطانا تسير في المشوار، في تلك الشوارع المزدانة بمظاهر رمضان المبارك، شوارع عالمنا الاسلامي. فكم هي جميلة تلك الاماكن وتلك المساحات المليئة ببهجة رمضان وروعته.

وها هي خطانا تسير بنا هذا الاسبوع نحو السودان ليكون مشوارنا في ربوعه. فنعرف كيف يبدو السودان الشقيق في شهر رمضان وكيف يقضي السودانيون ايام رمضان؟ من اجل ذلك كان لنا هذا اللقاء مع حرم السفير السوداني، السيدة احلام محمد عبدالسلام.

● احلام محمد عبدالسلام

● كيف يبدأ اهل السودان الشقيق بالاستعداد لشهر رمضان المبارك؟

- بداية اشكر جريدة الدستور لاهتمامها بالسودان وعاداته الرمضانية. واقول ان اهل السودان الذين تربطهم بالاردن الشقيق روابط الدين والعروبة واللغة وهي روابط عميقة الجذور ومن ثم يشترك البلدان في معظم الاستعدادات الروحية لشهر رمضان، من حيث مواعظ المساجد في خطب الجمعة التي تذكر بالشهر الكريم وبركاته العظيمة. وضرورة النية على صيامه وقيامه. ايمانا واحتسابا وضرورة عقد نية التوبة النصوحة في هذا الشهر المبارك. اما الاستعدادات التي تختلف عن الاردن فمردها لاختلاف الطقس حيث ان درجة الحرارة اعلى في السودان وسبب اخر هو اختلاف نوع المنتجات التي تشكل الاكل والشرب. اما مشروبات السودان في شهر رمضان فتتكون من مشروبات محلية مصنوعة من الذرة السودانية. وهي تحد من شدة العطش وتروي الصائم واهمها مشروب (الابري)

● لنتحدث قليلا عن مظاهر شهر رمضان المبارك في السودان الشقيق؟

- يحرص الرجال في السودان على تناول وجبة الافطار في الساحات العامة تحسبا لبعض الصائمين الذين يقضون شهر رمضان بعيدا عن اسرهم. ولاكرام الضيف وابن السبيل

● وهل هناك تشابه بين مظاهر رمضان بالسودان والاردن؟

- نعم هناك تشابه كبير بين العادات في الاردن والسودان. حيث يتم اغلاق جميع المطاعم والمقاهي خلال ساعات النهار ويزداد عدد مرتادي المساجد

● لا شك ان لرمضان طابعا خاصا ووجودا معينا يفرضه على الناس. حبذا لو حدثتنا عن طابع رمضان في السودان، وكيف يتعامل معه الناس؟

- في شهر رمضان في السودان يكثر اعتكاف الناس بالمساجد. سيما في العشرة الاواخر، واحسب انها عادة حميدة وعامة في معظم بلاد المسلمين. كما تكثر الافطارات الجماعية. وغالبا ما يستمر الناس يتناولون افطارهم لدى الاهل والاصدقاء. وتزداد بذلك العلاقات الاسرية والاجتماعية. كما يطول السهر في شهر رمضان. بعضهم في العبادة واخرون في الانس. والبعض الاخر مع البرامج الرمضانية الخاصة التي يعدها التلفزيون والاذاعة

● ماذا عن وضع اسرة سعادة سفير السودان في شهر رمضان المبارك؟ وكيف تعيشون ايامه المباركة؟ لا سيما وانكم تعيشون الان في الاردن؟

- نحن في الاردن نحس اننا بين اهلنا وعشيرتنا في المجتمع الاردني المسلم. نستضيف الكثير من اصدقائنا الاردنيين ونلبي دعواتهم. هذا فضلا عن الدعوات الرسمية كتناول وجبة الافطار بحكم وظيفتنا الدبلوماسية. مما يمكننا من لقاء المسؤولين. وهي فرصة جيدة يتطلع لها الدبلوماسي

● ما هي اهم الاطباق التي تتواجد على مائدة الاسرة السودانية على وجبتي الافطار والسحور؟

- السودانيون يعتمدون في افطارهم على اللحوم المشوية والمسلوقة وشوربة اللحوم والخضروات وتؤكل مع «الكسرة» و«العصيدة» المصنوعة من الذرة والقمح. اما في وجبة السحور فيعتمد معظم السودانيين على اللبن ياكلونه مع الشعيرية والسلسكانية والرقاق المصنوع من القمح والارز.

● الوقت الذي يلي وجبة الافطار. كيف يقضيه الشعب السوداني. وهل هناك مظاهر معينة للشعب السوداني بعد الافطار؟

- بعد وجبة الافطار يخلد معظم السودانيين الى راحة بسيطة للتخفف من عناء العطش والجوع. والصيام في السودان مرهق واكثر مشقة منه في الاردن بسبب ارتفاع درجة الحرارة. وبعد الراحة يذهب معظم اهل السودان من المسلمين رجالا ونساء لصلاة التراويح في المساجد

● يمتاز شهر رمضان عن غيره من الاشهر بعدة مزايا. اهمها السهر لوقت السحور. كيف يكون وقت السحور في السودان واهم مظاهره؟

- اهم مظاهر وقت السحور في السودان هو دق الطبول في كل شوارع الاحياء لايقاظ النائمين وكل مجموعة لها ايقاعها الخاص واناشيدها الدينية الخاصة ويسمونهم «المسحراتية».

● بعيدا عن شهر رمضان المبارك، المراة السودانية. اين وصلت. وما هي الانجازات التي قدمتها وماذا عن الحركة النسائية السودانية؟

- الحركة النسائية السودانية حركة قديمة ومتقدمة وتسير بخطى حثيثة للامام. وحقوق المراة في السودان تكفلها الشريعة الاسلامية في كل الاحوال والمراة السودانية تشارك في كافة المجالات. فلدينا اكثر من وزيرة سودانية. وعدد كبير من العضوات يشاركن في التشريع. ونائبات في المجلس الوطني. وعدد كبير من العاملات في مجال القضاء والمحاماة وكالة مجا[illegible] المدنية والسلك الدب[illegible]

● مدى تفاعل المرا[illegible] مع السودانية. [illegible] نشاطات تعاونية بي[illegible]

- نعم هناك تفاعل [illegible] المراة الاردنية و[illegible] وهو امر طبيعي [illegible] للعلاقات الثنائية ال[illegible] البلدين الشقيقين. و[illegible] ثقافي وتعليمي وتدري[illegible] ان عدد الطالبات ال[illegible] في مجال التعليم الجا[illegible] الجامعي يفوق عد[illegible]

ربما لان السودانيين [illegible] للمجتمع الاردني [illegible] المحافظ. فتخصص [illegible] للبنات في الاردن بعد[illegible] ويكون حظ الرجال [illegible] الثقافي اكبر في بلد[illegible] وهناك عدد من الص[illegible] البلدين يتبادلان الزيا[illegible]

بالرغم من علمانية البلاد على المستوى الرسمي

تعود الى تراثها الاسلامي في شهر رمضان

تركيا

نازلي ايرتمشليك:

ايام رمضان عائلية والناس ينسون فيه كل خلافاتهم القديمة

لقاء: مها الشريف

تركيا بلد عشق التاريخ فكانت منه وكان منها، بلد فرض نفسه على التاريخ، فكانت بعضا من نفحاته من خلال امبراطوريات عريقة قامت فيها ابتداء من البيزنطية وصولا الى العثمانية لتترك كل امبراطورية بصمة واضحة فيها.

وتركيا التي توجت بالعثمانيين امبراطورياتها كان لا بد وان تكون لرمضان فيها نكهة خاصة وفريدة وفي محاولة للتعرف على رمضان في ربوعها كانت مقابلة السيدة نازلي ايرتمشليك زوجة السفير التركي في عمان لتحدثنا عن رمضان في بلادها.

«لا اله الا الله» «اهلا» سلطان الاشهر الاحد عشر الاخرى. تزدان تركيا وفي جميع ارجاء مدنها وقراها بلافتات مضاءة تحمل هذه العبارات بالاضافة الى زينة المساجد ومآذنها.

هكذا بدات السيدة نازلي ايرتمشليك حديثها عن رمضان في بلادها واضافت: نحن الاتراك نسمي شهر رمضان المبارك بسلطان الاشهر الاحد عشر الاخرى. فهو شهر الروحانيات والانضباط والاجتماعيات بالنسبة للمسلمين الذين يشكلون ٩٩,٥٪ من مجموع عدد السكان الذي يبلغ ٦٠ مليون نسمة. ولان تركيا دولة علمانية، فان اوقات الدوام لا تتغير في الشهر الفضيل. بل ويترك امر فتح المطاعم لتقديم وجبات الغداء خلال الشهر لاصحاب تلك المطاعم للذين لا يصومون او هم غير قادرين على الصوم وللسياح ايضا.

عائلي

وفي تركيا يمتاز شهر رمضان باللقاءات العائلية حيث يحتفل الجميع بالشهر المبارك، كل على طريقته، فالاغنياء مثلا يفتحون ابواب منازلهم مرحبين بالزوار لتناول طعام الافطار على موائدهم التي تحضر بعناية فائقة لوجه الله تعالى.

اما عن التقاليد والعادات المتبعة في رمضان، قالت السيدة ايرتمشليك بانه وحال ثبوت الشهر الفضيل يبدأ الطبالون يجوبون الشوارع ليدقوا الطبول معلنين بدء الصيام وانتهاءه، وتبدأ المخابز ببيع خبز الـ[illegible] الذي يؤكل في رمضان عادة فيصطف الناس متلهفين لشرائه.

وفي السابق كانت المقاهي والمسارح تعج بمسرح الكراكوز (العرائس) لتقدم عروضها حتى السحور، وفي ايام العثمانيين كان يعلن انتهاء الصوم عن طريق اطلاق مدفع رمضان وكذلك صوت المؤذن حيث يرفع اذان المغرب اما الان فيعلن انتهاء الصوم عن طريق الاذاعة والتلفاز.

وبعد اداء صلاة المغرب لله تبارك وتعالى، يحضر ما يسمى «بالافطارية» والمكونة من اصناف كبيرة من المقبلات كالمربيات والزيتون والاجبان والرطب او التمور وانواع مختلفة من الخبز وبعدها وحتى لدى ابسط الناس يتناول الصائمون الشوربة واللحم والخضار والارز والحلويات وعلى الاخص «الكلاج» وهي اشهر حلويات رمضان الشعبية وبعد الافطار يذهب الناس لصلاة التراويح.

اما بالنسبة للمطبخ التركي المشهور باكلاته اللذيذة التي فرضت نفسها على كثير من المطابخ والموائد العالمية فقالت السيدة ايرتمشليك ان المائدة رمضان ميزتها الخاصة التي يبدأ الاستعداد لها قبل بدء الشهر الفضيل بوقت كبير، فالاطعمة والاشربة تحضر بكميات كبيرة والنساء يحضرن المربيات البيتية والمقبلات المختلفة والحلويات الرمضانية واشهرها «الكلاج» والحلقوم، وهناك الشوربات المختلفة التي تتفنن النساء في تحضيرها فهناك شبه منافسة غير معلنة بين النساء على ايهن اغنى مائدة والذها.

وبعد انتهاء الشهر الفضيل الذي يستمر من ٢٩ الى ٣٠ يوما يهل عيد الفطر لتعطل الدولة فيه اربعة ايام وهي عطلة رسمية دينية. فقبل بدء العطلة، هذه تنظف البيوت لاستقبال العيد، كما يتبادل الناس الهدايا من الشوكولاته والسكاكر والحلقوم ويزورون الاهل والاصدقاء ليتجاوز الجميع العداوات في هذا الشهر الفضيل.

اما الاطفال فهم الاكثر استفادة من بهجة العيد حيث يلبسون الثياب الجديدة ويؤدون احتراماتهم لابائهم وامهاتهم واجدادهم مقبلين اياديهم الطاهرة ويحصلون على الهدايا بالمناسبة السعيدة.

المشهد التركي

طبق تركي ايزوجيلين

وفي النهاية قدمت السيدة ايرتمشليك لقراء الملحق طريقة تحضير شوربة «ايزوجيلين» وهي شوربة شعبية يكثر تحضيرها في تركيا في الشهر المبارك.

● المقادير:

- ١ كوب عدس احمر مغسول
- بصلة واحدة
- ٢ ملعقة طعا[م] البندورة
- ١ ملعقة صغيرة [illegible] احمر
- ٦ كوب ماء ويلفل[illegible] اللحم
- ١ كوب برغل [illegible]
- ١ - ٢ ملعقة طعا[م] [illegible]
- ٢ ملعقة صغيرة [illegible]
- ملح وفلفل وسما[ق]

● طريقة

يقلب البصل [illegible] بالزيت ثم يضاف [illegible] البندورة المذابة بالـ[illegible] الماء، وبعدها يضاف [illegible] مع الفلفل الاحمر [illegible] يغلي ثم يضاف [illegible] والبرغل الى ان ينضج [illegible] التقديم يرش [illegible] والسماق للزينة.

شعر

عابر في المدينة

سلامة الشطناوي

عابر في المدينة
زوادتي حلم وطريق من الرمل
اسعى..
وفي اول الليل اعبر
لي اصدقاء امر باحلامهم
احرث السفح فيها
ولي امنيات اود ملامسة الوجه
لي صوت دالية ترتديني
وبال يغازل غيمات سحر
وينتظر الريح..
يا غيم
يا مترف العشق
ما بالك الان؟؟
هذا طريقي
اتذكرني حين لملمت ما كسَّر
الثلج
حين زففت شجيرات قلبي
لقريتنا ثم غازلت لحنك
كم كنت اجمل..
كان ابي يحمل الاغنيات
وينداح من فمه العشق
والحلم يكبر..
كان ابي.. وانقضى العهد
ما بال غزلان روحك تهرب
لا العين تنظر نحو جمالك
لا الريح تسكن في مهجتيك
اتذكرني الان؟؟
....؟
اتذكر شمس دمي وهي تورق
من ظل مائك..؟
....!
هذا أنا دامي الجرح
هات يديك نعيد لقيثارة الحب
ما يعتريها من الحزن
هات يديك
تجمل كما كنت
لا تبتعد عن حدودي
ودع لحننا يفهم اليوم
والحلم يكبر
.. لي صوت دالية ومواويل عشق
اذا لم ار الشوق فيها اغيب..
***
عابر في المدينة
والقلب ينبض بالمستحيل
ويورق
لكنه حين ازهر
مدت ثعابينها في حقولي
وذبلت الامسيات المديدة
لكنها لم تحط بذبولي
***
عابرا كنت
في وجنتي دم يتغلغل
والقلب يحبو على حائط يتسول البرد من دفء
منديل امي، ومن زيت قنديلها، ودمي
عابرا كنت وحدي
امسد شعر جدار تلكأ في القلب
حتى اهاديه بعض الخروج.

قصة

حـادثـة

احاول فتح عيني، ابذل جهدا لابعاد جفوني عن بعضها، وكانها كانت ملتصقة لمدة طويلة، يتسرب الضوء، يؤلمني، اغمض عيني مرة اخرى، وفجاة اتذكر انني لا اعرف اين انا، بدافع من الفضول، وربما الخوف، افتح عيني ثانية، جدران بيضاء، ستائر رمادية تغلق العالم الخارجي الذي كان يمكن ان ينفذ من خلال ذلك، الجزء الزجاجي من الجدار، اشعر بالدفء يتسرب الى اطرافي، احركها، اتحسس اجدني ممددة على سرير، انظر، السرير ابيض، اراني مغطاة بملاءة بيضاء ايضا، ارفع الغطاء، انظر لا استطيع تمييز شيء، فراغ بلا لون، اتحسس لاكتشف حدود جسد بارد دقيق، اشعر بانه لي، انهض قشعريرة دافئة تنتفض في جسدي لحظة ملامسة قدمي للارض العارية الباردة، انقل قدمي امشي، ابحث عن شيء يعرفني بنفسي، عن شيء يخرجني من احاسيسي بانني كائن هلامي يسبح في هذا الفراغ اللزج، ازيح قطعة القماش الرمادية الباهتة، التي تغطي الزجاج، ظلام، اضواء خافتة تلون من تتابعها طرقا متعرجة ضيقة، لا منتهية، انظر الى الزجاج، ارى بقعة بيضاء مضيئة، اكتشف انها لا تاتي من خلال الزجاج، انما هي مجرد انعكاس صاخب لضوء الغرفة على الزجاج الاسود، على الزجاج ينعكس جسد عار، ينتصب هزيلا، متعبا، على جزئه العلوي خصل حادة من السواد المتناثر، انها هي، هي التي فتحت عينيها منذ لحظات، انه الجسد الذي تحسسته هاتان اليدان، انه الجسد الذي احسه ينساب عبر هذا الفراغ، انه انا التي اقف امام الزجاج انظر الي

ان اشعر ان صورتي المنعكسة على الزجاج هي التي تمارس النظر الي، ليس غريبا، اذكر...

اذكر انني رايت من قبل هذا الجسد العاري الشاحب نفسه، يحدق حين ابعدت عيني عن المراة، ونظرت الي، كنت ارتدي ثوبا ابيض وتحيط قطع معدنية صفراء بعنقي ويدي، الا ان شيئا من هذا لم ينعكس على المراة، مجرد جسد عار يحدق، كان مخيفا، شعرت ان الاصوات الصاخبة خارج غرفتي الصغيرة قد تخلصني من هذا الوجه، يقرع الباب، يدخل صوت لجوج.

- هيا يا عروسنا، كفى نظرا الى المراة، انك جميلة، ورائعة، والناس يريدون رؤية هذا الجمال قبل ان تذهبي... هيا

حدث هذا يوم زفافي، عشت تلك الفترة، وكانها حلم، بدا حين جاء ابي يظهر الوقار والجدية في صوته.

- لك ان تقولي رايك، وتختاري ما تريدين، انه شاب جيد، وخلوق، واهله طيبون، اذا كنت غير موافقة فلن ارغمك، ولكنني اقول رايي، انه مناسب فعلا.

صمت.. لم اقل شيئا، ابي يقول انه جيد، وانا لا اعرف عنه شيئا، لماذا اقول «لا» اذا! ثم توالت مفردات القصة، الخطبة، المهر، الفستان، العرس، كانها حلم، بدات اصحو منه حين وجدت نفسي اقف امام ذلك الوجه، شعرت بالخوف، بالترقب، الا انني لم اشعر نحوه هو باي شيء، كانه الفراغ، كل ما اعرفه ان له الحق في ان يفعل بي ما يشاء، لانه اصبح زوجي. كنت اعتقد ان الزواج، وكل ما يترتب عنه مسالة طبيعية، فمنذ بداية الحياة والناس، كل الناس يمارسون الشيء ذاته، الا ان الامر لم يكن بهذه البساطة، كان القرف يملاني حين احس بانفاسه تلامسني، حين يملأ ضجيجه المكان من حولي.

اذكر انني شكوت لامي ما احس به، واذكر انني كنت انتحب، قالت: انني ابالغ، وان الكل يشعر بعدم الارتياح في البداية، ولكن مع الوقت والتعود، تصبح الامور طبيعية. قالت اشياء كثيرة، اذكر ايضا كلماتها التي قالتها وهي تحاول التخلص من كل مسؤولية تجاه ما حدث.

- انت والقت عليه، تذكري انه لم يجبرك احد، تذكري جيدا، والمسالة ليست لعبة، انت الان زوجته، وعليك ان تفهمي ما يعني هذا..

اذكر ايضا انني بعد الزواج عملت في مدرسة ابتدائية تقع بالقرب من حينا، كان العمل جزءا من المسلسل اليومي المزعج، اخرج كل صباح، اذهب الى المدرسة، الاطفال الصاخبون، الغرف الرطبة، الدرس الذي لا يتغير، كل يوم كان يستهلكني الكلام نفسه، تستهلكني الوجوه نفسها.. لا شيء يتغير.

ياتي صوته وكانه يخرج من كهف بعيد:

- هل استلمت مرتبك اليوم.. اين هو؟

- نعم استلمت، لكنني كنت اريد شراء فستان جديد، وبعض الاشياء الاخرى.

- وما الداعي؟

- هكذا، لماذا يشتري الناس اشياء جديدة؟!

- هذا شيء كنت اود الحديث معك بشانه، الا ترين انك تبالغين في الاهتمام بهذه الامور، لا داعي لذلك، انت تعجبينني مثلما انت، دون ملابس جديدة، ودون تجميل..

- ولكني احب ان ابدو جميلة في اعين الجميع، وفي عيني

- كلام فارغ، المراة لا يهمها ان تبدو جميلة الا في عيني زوجها.

- ليس صحيحا، كل شخص يحب ان يكون جميلا في عيون الناس.

- تقصدين في عيون الرجال.

- حسنا، وما المانع، لا اعتقد ان كل شخص يبدي اعجابه، بي يكون قد انتزع جزءا مني، ثم انني..

- كفى... هذا كلام فارغ، لا تقوله الا امراة ساقطة بلا اخلاق.

- انا لست كذلك.. انت مريض

- اخرسي..

كف ثقيلة تنهال علي، راسي يرتطم بالارض..

- امراة مثلك يجب ان لا تعامل باحترام، حتى تعود الى رشدها..

مرت اكثر من سنة، الايام تجتر بعضها في حلقي، تستهلكني الساعات والدقائق..

في الليل حين انام في اقصى السرير، اشعر بيده تمتد الي، اتمنى لو ان السرير يمتد ويتسع ليصل اقصى مكان في الارض، ولكن امتداد السرير ليس ابعد من امتداد يده..

يتقافز العلق فوق جسدي البارد، علق لزج، يمتص دمائي، يلتهم انفاسي، يتركني خلايا ميتة، لا يشعرها بالحياة سوى احساس بالقرف، وببعض الالم..

حين استحم، افرك جسدي، احاول ان ازيل بقايا العلق الملتصقة بي، لا اهدا حتى يخرج من جسدي السم دماء مصفرة..

اذكر.. كان يجلس مع ضيف عنده، حين سمعت صوته مملوءا بدمائي:

- لا ادري كيف اقول لها، انني اريد طفلا. وهي لم تنجب حتى الان، لقد حددت موعد العرس، ويجب ان اخبرها..

- وهل ستطلقها!

- لا. ولماذا ادمر حياتها! ستبقى هنا، مع ان المراة التي لا تنجب كالارض البور، مجلبة شؤم، ولكن عسى ان تكون الجديدة فال خير، ويذهب نحس تلك..

اذكر انني تقيات طوال اليوم، اخرجت كل ما في احشائي، كنت اتمنى لو استطيع ان اتقيا صوته من ذاكرتي، ان اتقياه من حياتي كلها..

لم اكن اتصور ان امراة اخرى ستقاسمني هذا العلق الشره، اشفقت على نفسي، اشفقت على الاخرى، هذا الرجل جيش من حشرات نهمة، تاكل لحمي، تشرب ايامي، تسحب كل النفس من رئتي.

اغرس اصابعي في راسي، اضغط، اتمنى لو انتزع دماغي، اهرب به الى اعمق قاع في محيط بعيد، اغسله، ازيل منه الذاكرة السوداء، انفض عنه رماد الايام المحترقة.

كيف يمكن ان اوقف هذا النزف المتواصل! الجرح كبير، بكبر حجم هذا الرجل المتمدد بجانبي على السرير، النزف شديد، دماء متدفقة تحمل لون الايام، والاحلام المجهضة التي لم تخلق بعد.

يجب ان اغلق هذا الجرح المتعفن، ليس الامر صعبا، يكوى الجرح، يتوقف النزف، ويقطع العضو المتعفن فلا يتفشى العفن. علي ان اسرع، يشتد النزف، ارى حمرة العمر المستباح تغطي السرير، يتواصل النزف، لانحة العفن لا تطاق، انني اختنق، لم يبق من دمائي سوى قطرة واحدة، واحدة فقط، يجب ان اوقف بها هذا الجنون.

احمل مبضع الجراح بين يدي، اهوي به، ارفعه اهوي به مرات اخرى، ارفعه ثم اثبته احاول رفعه مرة اخرى فلا يخرج ينغرس عميقا.

دماء.. يتوقف النزف، ارى ايامي مبعثرة على السرير، ذهبت جميعا لم يبق شيء، توقف النزف، لكن العمر المستباح لم يرجع الملم بيدي الدماء الهاربة، ارجعي، ارجعي الي، اشربها.. ابتلع عمري الضائع اشمه..

ولكن حتى حين يتوقف النزف، وحين يغلق الجرح فان الدماء لا تعود ولا يبقى سوى الالم، والقهر والاحتضار..

اعود الى الزجاج الاسود، ما زال الوجه الشاحب يحدق بي، حدق كما تشاء، لست خائفة، لن اهرب بعد الان، لن ادير ظهري، بل ساتي اليك، ثم انني قادمة، نسير معا، نتبع هذه الاضواء الباهتة، لنصل الى المحيط البعيد، لاخرج دماغي، اغسله، ازيل عنه الذاكرة السوداء، وانفض عنه رماد الايام المحترقة، انني قادمة.

بعد ايام، في زاوية صغيرة، في صفحة الحوادث، اقرا في الجريدة اليومية

انتحار امراة بعد ان القت بنفسها من الطابق الخامس في احد مستشفيات العاصمة، وجدير بالذكر، ان المراة ادخلت المستشفى اثر انهيار عصبي حاد اصيبت به بعد ان قامت بقتل زوجها طعنا بالسكين...

منى عمران

هكذا من الاصل

الكتابة لديها مثل رحلة فوق الاشواك

سكينة فؤاد: حساسية الكاتب تغترف من ارصدته النفسية والثقافية ومن قدرته على الرصد والتنبؤ

حوار: طلعت شناعة

سكينة فؤاد دخلت البيوت من خلال قصة «ليلة القبض على فاطمة» اذاعيا وتلفزيونيا وسينمائيا.
ومن قبل هي صاحبة العديد من المجموعات القصصية والكتابات الصحفية وهي تعمل مسؤولة في احدى المجلات المصرية.
تسكنها «فاطمة» وتحمل لها «جميلا» فهي التي ساهمت في الكثير من شهرتها مع انها مبدعتها، او لنقل انها عبرت عن نفسها ايام الاحتلال والمقاومة في مدينة بورسعيد. كنا التقيناها في عمان وكان هذا الحوار:

● القراء في الاردن وفي الاغلب، لا يعرفون عن سكينة فؤاد سوى مسلسل «ليلة القبض على فاطمة» اتساءل عن البداية وما تلاها؟

ـ ان محبة «فاطمة» المقهورة كانت الحبل السري الذي وصلني بالناس، لانها اكدت حملها للرسالة التي اردتها من خلال المسلسل، وهكذا تحولت «فاطمة» الى لحم ودم، واثبتت ان الحقيقة لا تضيع ما دامت تصدر عن صدق.
لي ٨ مجموعات قصصية وروائية، ولاننا نعيش في عصر الصورة التي تغربت فيها الكلمة المطبوعة، وقلت القراءة والجدية وقل الاهتمام بكل ما هو جاد، لم يعد هناك مناص من ان تكون الصورة رسولا بين الكاتب والمتلقي. ولو لم تنقلها الشاشة لظلت فاطمة غريبة.
وهنا لا بد ان نشير الى خطورة الصورة، وقد صدرت مجموعة قصصية بعنوان «محاكمة السيدة س» و«ملف قضية حب» ثم «ليلة القبض على فاطمة» دوائر الحب والرعب. «ترويض الرجل» ، «٩٠ شارع النيل».

زمن الكي بالنار

● ما هو العوامل التي اثرت على تكوينك؟

ـ انا من اشد المؤمنين بالبدايات، وبالبيئة الاولى. واول ما يوضع في خزانة العمر.
ومن المهم ان يظل الكاتب ينهل من زمن البدايات، ويضيف الى رؤيته وثقافته وتجاربه . انا مؤمنة بالجذور، خاصة اذا كانت لها علامات لا تنتمي الى الكتابة، علامات تقترب من الكي بالنار.
وقد اتيحت لي في البدايات اشياء لم تكن عابرة، انا ابنة مدن القناة، مرت خبراتي الاولى بازمنة المقاومة، عاصرت الحروب والتهجير والليل والخروج من البيت في ظروف صعبة، لهذا اعرف طعم الغربة ومعناها رغم ان غربتنا كانت قصيرة، وداخل نفس الوطن، لذلك ورغم ان الفنان او الكاتب تجهزه الطبيعة بادوات تجعله قادرا على استشعار الاخرين، او كانه يقوم بالنيابة عن الناس بالشعور والادراك وامتلاك تعدد مستويات الرؤيا، الا ان هذا لا يعني ان الكاتب لا يكتب الا الخبرة الذاتية، بل ما يضاف اليها من الرصد والتنبؤ، لدرجة انهم يقولون ان الفنان والكاتب يشعر بالزلازل الكونية قبل حدوثها، الكاتب هو كل هذه الاشياء، وكتابته تاتي من الارصدة النفسية والثقافية و الحساسية.
اضيف الى نفسي تجربة البحر، وهو عالم بلا حدود، كما انني درست الصحافة بحثا عن ذات الادب، وليست اخلاصا لوجه الصحافة، انني من اشد المعجبين بها.

● سكينة فؤاد تتحدث للدستور

ليست هناك قضية خاصة بالمرأة لانها جزء من قضية تتعلق بحركة المجتمع

وجوه من ورق

● ولدت في مدينة بورسعيد، فكيف اكتشفت علاقتك بالكتابة؟

ـ كانت العابي الاولى هي الاقلام والاوراق، كنت محبة جدا لها، وحيثما يوجد قلم تجدني.
كنت اقص من المجلات صور الوجوه، وكنت اكتب قصة عما يعنيه الوجه، لانني احب قراءة الوجوه، والملامح الانسانية، وارى ان الوجه الانساني يحمل ابعادا ومسافات من الالم، العيون نوافذ خلقت لنا لنطل على اعماقنا، واحيانا اخاف ان تاسرني عيون حزينة خلفها قصة، الدوائر السوداء اراها مثل «مغناطيسات» تستولي عليّ، وكثيرا ما كتبت قصصا تبدا بنموذج انساني.
اذن، بدات علاقتي بالاوراق في المرحلة الابتدائية، كنت اعشق الحقل واطارد الجدات في الاسرة وابكي متوسلة سماع قصة، وكانت في بيتنا مكتبة من الخشب القديم، كان حلمي الاول هو ركوب السفينة الى المجهول، رغم ان العالم الان لم يدع لنا مجهولا، ومع ذلك فثمة عوالم ما تزال مجهولة، وانا بصدد البحث عنها.

● هل تجربتك الصحفية اثرت على تجربتك الادبية؟

ـ اترك هذا الراي للنقاد، اذ ليس من حقي الحكم على نفسي، لكن الحقيقة انني حين اكتب ادبا انفصل تماما عن الصحافة، الكاتب مسكون بالشخوص التي يكتبها، وهذه متعددة القدرات والامزجة والمرايا.
لقد اتهمت بانني اكتب بطريقة غامضة، وانا احترم الراي الاخر والنقد، واكتب بعفوية لان القصدية تفسد الادب، الادب عندي معاناة قاسية، والكتابة اشبه برحلة فوق الاشواك. احاول باخلاص الا تجني الصحافة على الادب.

● كيف ترين حركة تحرر المراة ككاتبة؟

ـ لا اعرف كيف يمكن فصل حركة المراة عن حركة الواقع، هل تستطيع المراة ان تضع واقعها بعيدا عن اية ظروف اخرى؟
ان حركة المجتمع عندما تتقدم يتقدم واقع المراة، والعكس صحيح، المراة جزء من كل، هي ليست كلا منفصلا، هي جزء من التكوين الكلي للمجتمع، ومعاناتها اليومية هي معاناة الواقع، لا ارى شيئا اسمه قضية المراة، بل قضية واقع وهموم تستفحل بالنسبة للانسان، الرجل يعاني، والمراة تعاني، ويضاف اليها موضوع التخلف الذي اوقع عبئا على المراة.
ولكن من قال ان الرجل سعيد؟ ومن قال انه يمكن ان يكون سعيدا بامراة متخلفة؟
الرجل بحاجة الى شريك لعقله ووجدانه، هو ليبحث عن معين وسند، لقد خطط لنا الاعداء مسالة الاستلاب لكل مكوناتنا ومقوماتنا، فكيف ننفصل بقضية المراة عن هذا كله؟
دعنا ننظر الى المراة الفلسطينية كيف تربي اطفالها وتواجه الخطر بشكل دائم، هذه هي المراة الحقيقية، وليست المراة الديكور، واداة المتعة فقط.

ثلاثة ملفات في مجلة (الفكر العربي)

بيروت ـ رويتر: العدد الاخير من مجلة «الفكر العربي» الذي جاء في ٢٠٧ صفحات اشتمل على حوالي ١٥ موضوعا في مجالات مختلفة، استهل العدد بتقديم كتبه الدكتور خليل احمد خليل بعنوان «حول بقاء اللغة واختفاء الامة».
تلا ذلك ملف عن اللغة والامة، وفيه خمسة موضوعات، الموضوع الاول كان لغتنا والترجمة لحسن قبيسي، بعده كتب نزار الزين لغة التعليم والوحدة الوطنية، وتناول رئيف خوري طرق اثمة اللغة القدامى، بينما كتب مصطفى الجوزو التعبير والخط بين الهذر والحاجات التوضيحية الجمالية.
اخر موضوعات الملف كان ما كتبه محمد روبين كشلش بعنوان «حقيقية الاعلال والاعراب».
الملف الثاني جاء بعنوان مقابسات ومساجلات وفيه سبعة موضوعات اولها موضوع مترب بعنوان اسلمة العلوم ام تغريب الاسلام، لضياء الدين سردار ومن ترجمة فضل دليلو وجمال ميموني.
والموضوع الثاني كان في سبيل النحو العربي كتبه منقف موسى.
والموضوع الذي تلاه هو ندوة بعنوان قراءة التراث بين النص المفتوح والنص المغلق، اعدها محمد جمال طحان، وبعده ورد موضوع بعنوان الشيخ عبدالله العلايلي ذلك المجهول لمحمد علي شمس الدين وكتب عوض شعبان مؤامرة انتصار العامية على الفصحى.
وفي الملف موضوع العقل في الاسلام لغضنام نور الدين اما الموضوع الاخير فقد كان جديد النظرية الالسنية جاكوبسون في اسس فكره.
الملف الثالث حمل عنوان اضاءات وفيه احد موضوعيه تحت عنوان الوصفات الرائقة للحداثة الاقتصادية كتبه جورج قرم وترجمة خليل احمد خليل.

نحن ولغة الكهوف

ياسين النصير

تطلع انسان القرن العشرين الى رسم في احد ... القديمة وبدا يتامله، فوجد فيه ما يمكن ان يكون ... قائما اليوم، ثم دون في دفتر ملاحظاته: لقد عبر انسان ... القديم في رسومه هذه عن مخاوفه وعن اماله معا ... الملاحظة المدونة توضيحا، فكتب يقول: احيانا ... او تلتقي المخاوف والامال، فعندما يقضي احدا ... مخاوفه الفنية والاجتماعية يكون قد حقق شيئا من ... المحبطة او المؤجلة، وعندما تصبح المخاوف ... تصبح الامال حبا، ووطنا وسماء، وبيتا وعائلة ... بعد يومين من رؤيته تلك لتلك الرسوم في جبال ... عاد ليكتب ثانية، فقال: لقد كتب انساننا القديم جزءا ... تاريخه، ثم تساءل كيف يبدو له وهو يرسم التاريخ ... الزمن الذي عاش فيه، ام الزمن الاتي على ... والكهوف» ولما كان لا يملك جوابا واضحا، زاد ... لوحاته ايضاحا وجعلها اكثر عمقا، فالصخر ... يحضر فيه الان بدا اصلب مما يكون فاستعان ... بادوات اكثر حدة..
وعندما وصل انساننا في القرن العشرين الى ... الاستنتاج عن التاريخ وهو يتامل لوحات ... القديمة وقف ليقرا خطوط اللوحات ثانية: ... الخطوط المتقاطعة تؤسس كتلا ملونة بالعمل و... ومساحات مقروءة بالضوء والظلمة، وكان ذلك ... كلما انتهى من رسم له تامله طويلا بل سنوات، ... حقق منه ما كان قد خطط له، تركه مركونا الى جداره ... القديم وغادره الى كهف اخر، ثم ليبدا فوق ... حضوره اليومي ليكتب مرة اخرى تاريخ ... والازميل. وليبدا من جديد قراءة تاريخ من ... اقوام. ليعلن في البقعة التي اختارها علامات ... وقوته ومخاوفه ايضا واماله.

في القلة القليلة الباقية من تلك الرسوم، لم تدل ... الانسان القديم كان يمارس رسومه فوق صخور ... بل كان يضمن رسوماته جدران كهف او حفرة ... يحب الاعماق والظلمة، كان المكان جزءا من تكوينه ... الروحي، حيث البقع المظلمة، توازن ضوء ... والفضاء . ولما كانت احاسيسه تنطلق خارجا، كان ... ان يجسدها داخل الكهف كما لو كان الكهف هو ... الخاص، فالانزواء والاختباء هوية لروح قلق ... بالبقاء والرسم عنده اشبه ما يكون بالبوح عن ... . الاسرار التي لا يوطنها موقعا مكشوفا او ... مشغولة بالاشياء المالوفة، كانت الاعماق امانا ... كانت كهوفا ذاتية مكانية قبل ان تكون كهوفا ... وعندما كان يخرج خارج كهفه كانت عيناه ... نحو فتحة الكهف، وعندما يبدا في ممارسة ... اليومية، كان باب الكهف يغلق على تلك الاسرار ... الامال...

عبر الاف السنين، كانت يد الانسان تصنع شيئا ... او ترسم، كانت اليدان تتجولان في ربوع المكان و... معا، ولا ندري كم قطع من مسافات مكانية او زمانية ... يوطن تلك الحركات اليدوية اشياء يعبر فيها زمنه ... الى زمننا المنفتح، وعندما تنقله قدماه عبر ... والوهاد، عبر السهوب والقصباء كان يرسم ... كان يرى ، وكان يتامل، ولا اعتقد ان عينيه ... حسا ما بتفاوت الاضواء والالوان، وعندما نتامل ... ما تركه لنا مدونا، ينبغي ان نتعلم منه ذلك ... الخفي الذي ضمخ به خطوطه الفحمية، و... البيضاء، وكتله المنعزلة، فقد كان جديرا حقا ... يوصل خطابه الينا، وهو يردد مع نفسه ان المخاوف ... التي احملها لن تتغير كثيرا، ما يتغير هو ان نبدل ... رسوماتنا باستمرار تبعا للتنوع الذي سيحصل ... المخاوف والامال.. ومنذ ذلك اليوم من عام ١٩٧٤ ... شاهدت رسومات الانسان القديم في احد كهوف ... عرفت اننا ما نزال نحلم كما كان الانسان القديم ... وما نزال نردد الاقوال نفسها التي كان يرددها و... ينادي او يصيد او يتنقل ما تغير من تلك اللغة ... رسومها فقط، رسوم كلماتها وحروفها، وافعالها ... هذا كله، ان نردد مع انفسنا القول الذي اسسه لنا انساننا القديم.. ان اخزنوا مخاوفكم في بقع لا يطالها ... وفي احدى الكتابات التي قراوها في الكهوف القديمة ... يمكن ان يبقى حيا.. تقول بعض تلك الكلمات:

نؤثث الان منازلنا
بالزرع نؤثثها
بالحب نؤثثها
بالقبلات نؤثثها

ونؤطر بعض الاضواء كي نصنع من فضاءاتنا غرفا وملاءة، نغطي بها احلامنا
ثم نجعل ما نؤثثه او ما نؤطره ممرا ما ... العتبة وغرفات الروح

رؤية مسرحية تسكن كتاباته

عصام محفوظ في كتابه «ابعد من الحرب» يبحث عن تعاضد اشباه لا تراكم مختلفين

بيروت ـ من جورج جحا رويتر: المسرحي والكاتب اللبناني عصام محفوظ انزل الاسواق قبل مدة قصيرة كتاب له وهو مجموعة المقالات كان قد نشر معظمها في صحيفة النهار اليومية وفي النهار العربي الدولي الذي صدر مدة سنتين في باريس قبل ان يتحول الى مجلة اسبوعية. قال عصام محفوظ شارحا اختياره للمقالات : تقصدت في اختيار مقالاتي لهذا الكتاب الا يكون الاختيار مجرد خط بياني للحرب اللبنانية ولو انه هنا الخط الاهم، بل ايضا ان يبلور ما يذهب ابعد من الحرب كشهادة موجهة الى الجيل المعني بنتائجها.
يشمل الكتاب الذي صدر عن دار الاداب على ما لا يقل عن ٩٧ مقالا كتبت بين ١٩٧٠ و١٩٩٢ في مجالات مختلفة وجاء في ٢٤٥ صفحة. على غلاف الكتاب كلام عنه وعن المؤلف ومنه: عصام محفوظ الذي كرس مسرحه منذ نكسة حزيران ١٩٦٧ وحتى انفجار الحرب اللبنانية لقضايانا الانسانية والوطنية يستبدل هنا الخشبة المسرحية بالصحيفة اليومية. لكنه يحتفظ باسلوبه الذي يتناوب فيه الماساوي والساخر، عندما تصير الماساة فوق مستوى الواقع، على محك ضمير وطني موحد وانتماء انساني بلا حدود.
في المدخل / المراجعة كتب محفوظ عن امور عديدة في لبنان والعالم العربي والعالم جاءت تجسد رؤيته كانسان مثقف وكمواطن يعرب عما في نفسه ازاء احلام تترجح بين المفجع ساعة الانهيار، والتشبث بالحلم او تطويره من خلال ما يستجد.
يقول في هذا المجال: اعرف انني دافعت استمرارا عن التميز اللبناني عن التميز وليس الامتيازات كما عن الكيان الحافظ لهذا التميز. ولم يكن دفاعي للتباهي او لتكريس اختلاف لبنان مع محيطه بمقدار ما كان الامل معقودا على جعل هذا التميز كما كان دائما واسطة تقدم لمحيطه حين كانت الحريات في هذا المحيط تتعرض للكبت في الانظمة المسماة رجعية او الانظمة المسماة تقدمية وكيف التقدم بدون حرية..
واذا كانت الانقلابات العسكرية العربية بعد الماساة الفلسطينية ساعدت على تعجيل الزمن العربي فوقيا فانها في الوقت نفسه ساعدت على مزيد من الاخطاء المعرقلة للتقدم التي تفرضها طبيعة تركيب تلك الانظمة ودفاعها عن نفسها.
واذا كان الكيان اللبناني نجا من هذا المصير فلان تركيبته الطائفية كانت تحول دون ذلك، وهنا يجب الاعتراف بان الطائفية في لبنان التي كان بعض كفاحنا كمثقفين تقدميين لتجاوزها، ساهمت في هذا التميز كما يساهم قدر من القسم في تركيب بعض الادوية، ولم اكن اظن اننا سنظل في حاجة مستمرة الى هذا الدواء لاستمرار التميز لولا اننا في الحرب تجرعناه كله دفعة واحدة.
ربما لاننا لم نعرف كلبنانيين قبل الحرب ان نجعل من هذا التميز تعاضد اشباه وليس تراكم مختلفين.
وفيما بدا اشبه بسيرة ذاتية للشاعر الكاتب وافكاره مع تطورات كبرى في العالم يختتم محفوظ هذا المدخل بالقول: ربما لانني لم اعرف كيف اتكيف بعد مع واقع لا يسمح بالتفكير باليوتوبيات، وربما ايضا وهذا هو المهم، ثمة ظلم وقهر سوف يستمران في هذا العالم الشرس او ربما ببساطة لان الانسان في كل زمان ومكان لم يكن راضيا عن واقعه لذا فان الثورة تفتح له دوما باب الحلم.
عصام محفوظ الذي كتب مسرحيات معروفة ومتميزة وكتب الشعر في الستينيات، وعمل في الصحافة ولا يزال له اهتمام خاص باللغة التي كتب فيها ايضا داعيا الى اصلاح وتبسيط، الا ان رؤية مسرحية تسكن كثيرا من كتاباته، وفي تلك الكتابات سمات مسرحية اخرى منها تلك اللغة المتحركة النابضة التي تطبع كثيرا من نتاجه غير المسرحي واحيانا تحول موضوعه الصحافي الى عمل مسرحي صغير، ومن ذلك في شكل خاص مثلا موضوع المقاومة الذي يذكر في بعض لقطاته بمسرحية لويجي بيرندللو عن الشخصيات التي تبحث عن ادوار او عن نفسها.
يبدا هذا الموضوع بحوار، سؤال وجواب يتتابعان ما قضيتك، انا لبناني.. وهل اللبناني قضية.. الا تعتقد ربما كيف استطيع مساعدتك ، انا اليوم في العشرين عندما بلغت العاشرة وبدات اعي ما حولي بدات الحرب في لبنان صرت اتهجر مع اهلي من مكان الى اخر دون ان اعلم تماما السبب فيما يجري، لم اقاتل مع احد، لم اعد اذهب الى المدرسة اقرا كثيرا في البيت ولانني اقرا كثيرا وجدتني اقرب الى شخصية مسرحية تبحث عن دور.
وينتهي المقال المسرحي بعد عرض الادوار العديدة التي استهلكها ذلك المسرح الكبير الذي يطلق عليه اسم الوطن بتذكير بان هناك دورا اخر وان الامور لا تدعو الى ياس نهائي.
ان العلمانية هي المصب الاخير اذا قدر لهذا الوطن ان يجد له مكانه اللائق تحت الشمس ربما انت لم تعرف ان قرارا قضائيا صدر لقبول شطب المذهب عن بطاقة هوية احد المواطنين بناء على طلبه..
هل حدث هذا حقا..
كان بالامكان ان يحدث اكثر..
هل تؤمن بالدور الذي تريدني له..
بقدر ما تبقى من امل..
قد يختلف القارىء مع عصام محفوظ في ما يطرحه من مشكلات وحلول، وما يبديه من اراء في كتابه الاخير، لكن طريقة تعبيره عما في نفسه مؤثرة دون شك، الا يكفي ذلك من الناحية الفنية الجمالية للحكم على عمل ما بالنجاح.

اغرب المذكرات في كل العصور

تفاصيل صغيرة يصل مجموعها الى ٣٤ مليون كلمة يتركها راهب مسن لصالح الاجيال القادمة

● الراهب روبرت شيلدس والته الكاتبة

رجل الدين روبرت شيلدس قد يكون اكثر الناس اختزانا للكلمات المخطوطة في هذا العصر، فقد اختزن حتى الان ٣٤ مليون كلمة وما زال امامه ما يختزنه بقية سنوات عمره، لان هذه الكلمات هي مذكراته الشخصية التي لا يترك اي تفصيل في حياته اليومية يغيب عنها.
مذكرات شيلدس تستطيع ان تملا كتبا بحجم ٤٠ توراة، لانه وضع فيها ما يفعله كل دقيقة من حياته خلال الاثنين وعشرين عاما الماضية، وقد طبع ٥٠ الف صفحة وضعها جميعا في ٧٥ صندوقا خشبيا يحرص على تغطيتها والعناية بها.
وبالرغم من ان كثيرا من الاحداث التي يسجلها شيلدس غير هام، الا انه يصر على تسجيلها فيكتب الدقيقة التي تناول فيها الطعام الذي توفر من اليوم السابق، والدقيقة التي قدم فيها الطعام لقطه الابيض، او بلل فيها شعره بالماء او ذهب الى البقالة وهو يسجل بدقة شديدة كل ما اشتراه وسعر كل غرض.
ويقول شيلدس اذا دخلت التواليت فانه يكتب في المذكرات، كما انني اسجل ما اكل، وما البس، واقرا جرائد الصباح والمساء والخصها في مذكراتي، كما الخص اي حديث مع اي شخص، وعلي ان اعترف: انا شخص ممسوس بكتابة كل ما يحدث معي.
وشيلدس في الخامسة والسبعين من عمره، ويعمل في كنيسة ببلدة دايتون بولاية واشنطن الاميركية.
وهو يحتفظ بدفتر ملاحظات بجانب سريره حتى يسجل احلامه الليلية بمجرد ان يصحو، وحتى يرتب مذكراته رتب وقته بحيث يجلس على الته الكاتبة كل ساعة، وقد بدا هذه العادة عام ١٩٧٢ بكتابة بعض الملاحظات ثم خطر بباله ان يسجل احداث كل دقيقة.
ويقول شيلدس اتمنى ان يكون في ما افعله فائدة للاجيال المقبلة، حتى يفهموا كيف كان جيلنا يعيش.
وتسجل الالة الكاتبة التي يستخدمها شيلدس عدد الكلمات التي تطبعها، وقد وصل هذا العدد خلال الحديث معه الى (٣٤٢٦٣٣٩٥) كلمة، اما الصناديق التي تحتوي على الاوراق فهي محفوظة في مخزن خاص لديه، وقد اتفق مع جامعة واشنطن ان تحتفظ بها بعد وفاته، كما ان كتاب غينيس للارقام القياسية بدا يهتم بطول مذكراته.
ولدى شيلدس زوجة شديدة الصبر هي غريس (٦٧ سنة) التي لا تعترض على عاطفة زوجها تجاه تفاصيله التي يكتبها، لكنها تقول انا سعيدة انه لا علاقة لي بما يفعل، انها مهمته الشخصية وحده.

● يتفقد صناديق مذكراته

مسافة للفرح

مطلوب دراما اردنية

تستحوذ الدراما على اهتمامات الناس بشكل كبير في شهر رمضان حتى صارت (هي والفوازير) علامات الشهر الفضيل، وفي دولة مثل (مصر وسوريا) تبدا الاستعدادات لدورة رمضان مبكرا نظرا لاهمية المشاهدة والتي تبلغ الحد الاقصى في شهر الصوم، ولهذا فان كتاب الدراما ومعدي البرامج ومنها الفوازير يحرصون على تقديم اعمالهم لتكون جاهزة للعرض مع بداية رمضان. لا ادري، ان كانت هذه الصفة (حب الدراما) تتصل بمزاج ووجدان الانسان العربي الذي يحب «الحكي» و«القص» للتسلية ويجد فيها متعة تبعده عن واقعه المر وتذكره بماض ربما كان ارحم وافضل، ام لها مثيل عند شعوب العالم"
لقد برزت الدراما (تلفزيونيا) واصبح لها نجوم تاليف ونجوم تمثيل ونجوم اخراج، ومن ينجح تلفزيونيا ويفشل سينمائيا او مسرحيا وهكذا.
مصر وسوريا ـ الابرز عربيا ـ اتجهتا الى الدراما المؤرخة لوقائع حدثت بطريقة او باخرى، فظهرت اعمال مثل «ليالي الحلمية» باجزائها الاربعة و«ايام شامية» و«ابو كامل» وغيرها، واصبح لها متابعون وعشاق لا يملون المشاهدة ويتعاملون معها كطقس من طقوس شهر رمضان.
بالطبع ليست كل الاعمال الدرامية قادرة على «سحر» المشاهد، فهناك ما يمر مرور الكرام، واحيانا مرور اللئام، فلا تستحق هذه الاعمال منا سوى «اللعنات» لان اصحابها «استهبلونا» وابحث عن الدراما الاردنية على خارطة «رمضان» فاشعر بالحزن.. حزن الفقد.. واتساءل الا يوجد بيننا من يكتب دراما تعبر عن زماننا ومكاننا؟
في مصر تدور بعض الاعمال حول مقاومة المستعمر وظلال الاحتلال البريطاني على الناس وصورة التحدي لها، وفي سوريا نرى بعض الاعمال حول مقاومة «الفرنساوي» واذنابه، ونحن ابتلينا بالمستعمر الانجليزي وليس عندنا دراما تتناول هذا الجانب كجزء من ماضينا، فهل القضية متصلة بالمؤلفين ام بالمخرجين ام بالتلفزيون ذاته؟
والمصيبة، عندما تسال المسؤولين في التلفزيون يقولون المشكلة في النص.. وعندما تسال الكتاب يقولون المشكلة في الرقيب. وهكذا تضيع «الدراما» بين «حانا» و«مانا»!!
لا نريد دراما «مقاومة» فقط، بل دراما ممتعة تحترم عقلية المشاهد ووجدانه بحيث تستقطبه اليها وسط منافسة شديدة عربية وعالمية.
نسمع عن مشاريع للفنان جميل عواد مثل «ايام عمانية» التي كان ينبغي ان نراها في رمضاننا هذا ولم تر النور ولا ندري لماذا؟؟
ومطلوب حل «الفزورة»!!

مسابقات

وعلى ذكر المسابقات نستغرب حرص التلفزيونات العربية ومنها تلفزيوننا العزيز على اغراق شاشتنا الرمضانية بما هب ودب من «الحزازير» و«المسابقات» وكاننا في امتحانات للمعلومات لا تنتهي، هي تارة فنية وتارة تاريخية وتارة ادبية.
شريهان وسمير غانم وسمير صبري ورافع شاهين وشريف العلمي وداود جلاجل ونصر عناني وعامر الصمادي. هذا غير الذين نسيتهم ـ كلهم يمتحنوننا طيلة الشهر الفضيل؛ هل «الفوازير» وردت في «الكتب القديمة» ام ان احدا اوصى بها لتزكية صيامنا؛ من خلال متابعتي للفوازير المصرية التي اصبحت «موضة» لا اجد سوى حركات راقصة يقوم بها ممثلون بثياب مزركشة وديكورات مبهرة، ونادرا ما تحمل معلومة مفيدة، الا اذا كانت الرقصات تحمل تطورا وعلما ينتفع به ولا باس من تجديده عاما من بعد عام.

مرايا

اعرف انني لا املك الا الكلمات
واعرف ان هواي قديم
وان الكون لا يتسع الا لنا وحدنا
واعرف ان كل ما فعلته لا يساوي لحظة اشتعالنا
غموضك بحر
وانا مركب لا يمل المستحيل!!

طلعت شناعة

الديك الرومي الذهبي.. جائزة لاسوأ الافلام

مادونا

تؤدي دورها وكأنها من اسفلت اما جانيت جاكسون فهي مصنوعة من شمع

● دون جونسون «مذنب كالمعصية»

● مادونا اسوأ ممثلة



● جانيت جاكسون.. من شمع

● لينا اولين ومستر جونز

في الولايات المتحدة لا تقدم الجوائز لافضل الافلام والممثلين وحسب، وانما تقدم ايضا للاسوأ من هؤلاء، وبدلا من الاوسكار تحصل الافلام السيئة على جائزة الديك الرومي الذهبي، وهو ما يحصل عليه الممثلون والممثلات في الادوار الاولى والمساعدة اضافة الى الذين يعتبرون منافسين في الرداءة ايضا. افلام عام ١٩٩٣ كما تابعها الناقد المعروف مايكل ميدفيد، الذي نشر سبعة كتب في نقد السينما، وشارك في تاليف كتاب عن «جوائز الديك الرومي الذهبية»، كانت نتائجها في الفوز باسوأ الافلام، على النحو التالي:

- اسوأ فيلم: «جسم الجريمة» الذي مثلته مادونا والذي يمكن اعتباره اسوأ فيلم خلال العقد كله، اذا لم يكن اسوأ افلام القرن، انه اول فيلم في هوليوود يصور مشاهد الحب من خلال مادونا وهي تدفع الظهر العاري للحبيب الغالي الى زجاج مكسور.

الفيلم اخرجه الالماني اولي ايدل، وقد قيلت جمل كثيرة فيه وكان اللغة الانجليزية لغة دخيلة على الفيلم وكل من الفيلم كان يحرج نفسه وحسب.

- الفيلم المنافس: «تعليب هيلينا» تمثيل شيريلين فين، وهو حول طبيب يصبح ممسوسا بشيريلين لدرجة انه يعبر عن هذا الحب بقطع ذراعيها وساقيها وهو كفيلم ليس لديه ساقان يقف عليهما.

بسبب هذا الفيلم غرمت كيم باسنجر ٧ مليون دولار لانها انسحبت من الدور ويمكن اعتبار ذلك احسن استثمار في حياتها.

- اسوأ ممثل: دون جونسون في فيلم «مذنب كالمعصية» الذي فيه دورا شبيها بدور شارون ستون في «غريزة اساسية» ومن المفروض ان يكون قادرا على الاغراء، وذكيا الى ابعد الحدود، ولكنه كان نقيض ذلك تماما لدرجة ان عنوان الفيلم يصلح وصفا لادائه فيه.

- الممثل المنافس: روبرتو بينيغني في «ابن النمر الوردي» وهو يؤدي دور الابن غير الشرعي للممثل الراحل بيتر سيلرز (النمر الوردي) وغير شرعي هي الصفة المناسبة للممثل في هذا الدور.

- اسوأ ممثلة: مادونا في «جسم الجريمة» فالقول ان اداءها خشب يكون لطيفا معها لان اداءها اسمنت.

- الممثلة المنافسة: جانيت جاكسون في «العدل الشاعري» فهي غير مقنعة، تبدو وكانها مصنوعة من الشمع، والدموع الكثيرة التي تذرفها يستحقها الاداء السيىء في الفيلم.

- اسوأ ممثل مساعد: روبر شنايدر في «زبد النينجا» حيث يؤدي دور صبي في المدرسة الثانوية وهو اكبر بعشر سنوات على الاقل من هذا الدور.

- الممثل المنافس: بيتر اوتول في «[illegible] السابعة» حيث [illegible] زعيم عصابة [illegible] ومسن، يبدو [illegible] يتحرك، ومع [illegible] الشباب من [illegible] العضلات [illegible]

- اسوأ ممثلة مساعدة [illegible] ثورمان في «الكلب [illegible] والعظمة» [illegible] روبرت دو نيرو [illegible] ينقذ حياة زعيم [illegible] بيل موراي، الذي [illegible] «اوما» لاسبوع [illegible] له على ما فعل [illegible] اوما سيئة في الدور [illegible] ان الجائزة [illegible] كان يمكن ان [illegible] لمدة شهر.

- الممثلة المنافسة [illegible] اولين في «مستر [illegible]» وتؤدي دور طبيبة [illegible] تقع في حب [illegible] ريتشارد غير [illegible] الدور بشكل سيء [illegible] سندي كراوفورد [illegible] غير، شيئا [illegible] تكون منافستها [illegible]

● بيتر اوتول.. البيت الحي

● شيريلين فين.. تعليب

خيال ثلاثي الابعاد في اعمال بيكاسو النحتية

لندن - رويتر: يقام في العاصمة البريطانية لندن معرض جديد لاعمال الفنان الاسباني الشهير بابلو بيكاسو يبرز بيكاسو النحات ويضعه على قدم المساواة مع بيكاسو المصور رائد المدرسة التكعيبية في الفن التشكيلي.

ويضم المعرض الذي يقام في متحف تيت غاليري ويحمل اسم «بيكاسو النحات والمصور» اعمالا نادرة حصل عليها من متاحف اخرى ومن مقتنيات خاصة ليثبت ان الرجل الذي حصل على لقب اعظم مصور في القرن العشرين كان يستحق نفس اللقب في فن النحت، قالت اليزابيث كاولينغ الامينة بالانابة للمعرض الذي يضم اكثر من ١٦٠ عملا من اعمال بيكاسو لرويتر: نريد ان نشجع الناس على امعان واعادة التفكير في اعماله. ومن بين اعمال بيكاسو النحتية المعروضة غيتار تجريدي مصنوع من لوح معدني، وراس ثور استخدم بيكاسو كرسي دراجة في صنعها، وتمثال برونزي لرجل ونعجته وتمثال نصفي لسيدة كلاسيكي الطابع.

وقال ريتشارد كلارك الناقد الفني لصحيفة التايمز: هذا المصور الاصيل يستحق ان يوضع بين مصاف نحاتي القرن العشرين البارزين المؤثرين ووصف المعرض بانه نقطة تنوير رائعة.

لقد قدمت الاعمال التي جمعت على مدى اربعة اعوام، وتضم مقتنيات متحفية وخاصة من شتى انحاء العالم، تزيد قيمتها على ٤٤٠ مليون دولار بطريقة تبرز اعمال بيكاسو النحتية. وقال جون غولدنغ امين المعرض المناوب الذي اشار الى ان المعرض يضم روائع بيكاسو التي جلبت عددا من اعماله التي لا يعرفها كثيرون، المعرض يهدف الى الاختلاف مع الرؤية السائدة التي تقول ان الاعمال النحتية لبيكاسو تجيء في المكانة الثانية بعد لوحاته. بدا بيكاسو الذي توفي عام ١٩٧٢ عن ٩١ عاما يمارس فن النحت عام ١٩٠٦ لكنه لم يعرض تلك الاعمال الا بعد مرور ٦٠ عاما، ومن بين الاسباب التي ساهمت في عدم ذيوع شهرة تلك الاعمال رغبة بيكاسو في الاحتفاظ بها لنفسه.

لقد وضع تمثال «راس امراة» الى جانب لوحات تكعيبية رسم فيها بيكاسو راس امراة من عدة زوايا، كما يمكن رصد غيتاره المعدني في لوحات تشكيلية اخرى.

وفي تمثال «الماعز» يستخدم بيكاسو سلة مجدولة للبطن كما يستخدم جرارا مصنوعة من الطين المحروق للاثداء اما الارجل فهي من افرع الشجر بينما صنع شعرها من اسلاك النحاس.

قال بيكاسو بعد ان انتهى من هذا العمل: انها تبدو حقيقية اكثر من الحقيقية.

لقد تكشف في اعمال بيكاسو النحتية اثر الفن البدائي والقبلي لشبه جزيرة ايبيريا عليه.

وقال الناقد الفني اندرو غراهام ديكسون بعد ان شاهد المعرض: يبدو صحيحا تماما ذلك القول الذي يقول ان بيكاسو كان يفكر اولا بلغة النحت وان خياله في الاساس كان ثلاثي الابعاد، وهو ما يحاول هذا المعرض ان يؤكده.

● بيكاسو

ريك شرودر: والداه انقذاه من المصائد

ريك شرودر بطل «الحمامة الوحيدة» كان من الممكن ان يموت بسبب المخدرات، كما حدث مع ريفر فيونيكس لولا ان والده كانا يرعيانه ويحميانه من الوقوع فيما وقع فيه الشباب واليافعون من مصائد المخدرات في هوليوود.

والممثل الذي اصبح نجما في طفولته، هو الان في الثالثة والعشرين من عمره، وهو نفس العمر الذي اخذت فيه المخدرات حياة ريفر، وكان ريك قد عرف الجانب الاسود من حياة المدينة، لكن والدته ديان ووالده ريتشارد وضعا له حدودا حازمة لم يسمحا له بتجاوزها.

ويقول ريك ان اقصى ما بلغه خلال مراهقته هو تقليد بعض النجوم في مظهرهم وتجربة الماريغوانا، ويقول: كانت والدته تظل صاحية وتنتظر اذا تاخرت عن [illegible] وكانت تنظر في عيني [illegible] ان كنت قد تناولت [illegible] وفي بعض الاوقات [illegible] تشم انفاسي.

وكان ريفر قد مات [illegible] كوكائين زائدة [illegible] شوارع هوليوود [illegible] تشرين الاول (اكتوبر) العام الماضي، ويقول شرودر: انني [illegible] حدث له، واعرف [illegible] الممكن ان يحدث [illegible] اشعر بالغضب [illegible] دون ان يجد من [illegible] جانبه.

● ريك شرودر

[illegible]

● دانا كارفي في دور (غارث)

الممثل الكوميدي دانا كارفي لم يخترع شخصيته الطريفة غارث الغار، التي يؤديها في فيلمه الجديد «عالم وين الثاني» لان شخصية دانا هي نقل شبه كامل لشخصية اخيه براد، وهو مخترع في الثانية والاربعين من العمر، معروف بعبقريته في التعامل مع الكومبيوتر.

وفي الفيلم، هناك كومبيوتر يقوم بتنظيم الافلام، اسمه «مشوى الفيديو» كثيرا ما يظهر كما ان غارث كثيرا ما يرتدي (التي - شيرت) الذي يحمل علامة هذا الكومبيوتر.

وليس غريبا ان يحدث مثل هذا الامر لان الجو العلمي في الفيلم تم تصميمه جزئيا من قبل.. براد كارفي..

كاتب سيناريو فيلليني يتذكر سنوات «المايسترو» الاخيرة

باريس - رويتر: ودع الايطاليون فيديريكو فيلليني المخرج السينمائي الايطالي الشهير وداعا يليق بشخصية اسطورية في ايطاليا ما بعد الحرب، عندما وافته المنية في شهر اكتوبر تشرين الاول الماضي، والان بدات تظهر صورة اخرى عن رجل حزين عانى من الوحدة كثيرا في سنوات عمره الاخيرة وكيف احس ان عالم السينما تخلى عنه.

يقول برناردينو زابوني (٦٦ عاما) كاتب السيناريو لكثير من افلام فيلليني التي جعلت من المخرج الايطالي نجما ساطعا في عالم صناعة السينما وصديقه الشخصي، ان المخرج السينمائي الشهير وقع ضحية الاكتئاب وان فكرة الموت تسلطت عليه.

ووصف زابوني في حديث صحفي ادلى به خلال زيارة لباريس علاقته بالمايسترو وكيف تملكه احساس بالمرارة قبل وفاته في عامه الثالث والسبعين، وقال زابوني: لقد اصبح نافذ الصبر مكروبا وتسلطت عليه فكرة الموت.

كان فيلليني يتصل هاتفيا بالجميع لمجرد ان يسالنا عما نفعل، وعندما سالته عما يفعل هو قال: لا شيء ما من احد يعرض علي شيئا.

وينوي زابوني تاليف كتاب عن الاوقات التي امضاها مع فيلليني الذي التقى به لاول مرة عام ١٩٦٧. واعجب فيلليني بمجموعة من القصص القصيرة التي نشرها زابوني وطلب منه كتابة سيناريو لها.

وطوال فترة عمل مشتركة دامت اكثر من عشر سنوات كتب زابوني سيناريوهات سلسلة من افلام فيلليني من بينها «ساتيريكون» عام ١٩٦٩ و«روما» عام ١٩٧٢ و«مدينة النساء» عام ١٩٨٠. وكانت تنتاب فيلليني نوبة حزن تصيبه بما يشبه الشلل في كل مرة يبدا فيها عملا جديدا. وقال زابوني: كان فيلليني يشعر بالسعادة كلما وقع عقدا يحصل بمقتضاه على دفعة مقدما من الاموال، لكن مع بدء العمل كان يشعر بقدر من النفور والخوف من المشروع كان هناك شيء يوقفه ويمنعه من المضي قدما. كان فيلليني وزابوني يجلسان بالساعات يتبادلان الافكار قبل وضع اي شيء على الورق. قال زابوني: لم يكن مجرد عمل كان متعة، كان فيلليني يتحدث بلغة الصور، كنا نتصفح الكتب ثم يختار وجه جزار للقيام بدور سناتور فقد كان يسعى دائما وراء التناقضات. كان فيلليني صعب المراس يرهق العاملين معه بمطالبه. لكنه رغم ذلك نجح في اقناع مشاهير الممثلين بالعمل معه مثل مارسيلو ماستروياني الذي مثل في اشهر افلامه «الحياة الحلوة» عام ١٩٦٠ والممثل دونالد سائرلاند الذي قام ببطولة فيلم «كازانوفا».

في سنوات عمره الاخيرة وجد فيلليني صعوبة في العثور على منتج يمول افكاره رغم جوائز الاوسكار التي حصل عليها والتي كان من بينها جائزة لانجازاته في عالم السينما.

وانعكس مزاج فيلليني الحزين السوداوي في آخر افلامه الرئيسية عام ١٩٨٩ الذي يحمل اسم «صوت القمر» الذي دار حول شخصية رومانسية تعيش حياة بوهيمية تبحث عن اصوات اصيلة اغرقها صخب الحياة العصرية.



● فيلليني

من اسبوع الى اسبوع

السبت:

نسائيات. لكل امراة عينان.. اما المراة التي تغار، فلها ثلاث عيون.. واحدة على اليمين والثانية على الشمال والثالثة على الزوج.

الاحد:

دردشة صحية. طبيب ما، عندما احس بدنو اجله قال لجماعة من الاطباء: ساترك لكم ثلاثة اطباء بعد موتي، ولما كان كل واحد منهم ينتظر ان يذكر اسمه، فقد اصغوا بانتباه وهو يتابع كلامه وهؤلاء الاطباء هم الرياضة.. الغذاء الصحي.. والهواء النقي..

الاثنين:

فتاة، ولدت وفي فمها «ملعقة من ذهب» تقدمت للعمل في البرامج الاجنبية بالاذاعة. طلب منها ان تملأ «استمارة» مخصصة لهذا وصلت عند «خانة» الحالة الاجتماعية.. هل هي انسة ام متزوجة. اتعرفون ماذا كتبت؟ كتبت الحالة الاجتماعية.. ممتازة وممتازة جدا.. طبعا الفلوس «بتحكي» وبتخلي اللسان «يرطن» باكثر من لغة.. يا ناس عينوا انسة بحاجة الى راتبها.. لتصرف على عائلة مستورة..

الثلاثاء:

قيل.. وقال قيل لاحدهم: كيف بر ابنك بك؟ اجاب: ما مشيت نهارا قط الا مشى خلفي ولا ليلا الا مشى امامي. فكم منا يسير على هذه القاعدة؟ ومن منا لا يعلو صوته على صوت والديه متناسين ﴿ ولا تقل لهما اف ﴾ وكم منا من لا يدخن امام والده او يفتح الباب له، باب السيارة او باب المنزل؟ هدانا الله..

الاربعاء:

دوري النجوم.. ناقص خمسة.. فكر واربح.. برامج لا لون لها ولا طعم ولا رائحة. حتى استراحة المساء الناس على مائدة الافطار. ولسان حالهم يقول افطر عندكم الصائمون واكل طعامكم الابرار. والتلفزيون؟ هات «يا رقص» وشخلعة. حرام والله حرام.. الناس لم تخرج من المساجد بعد. اما ليالي رمضان في الاذاعة فحدث عنها ولا حرج لا علاقة لها برمضان من قريب او بعيد.. خصوصا السهرات مع تونس وقطر..

الخميس:

العلم للعقل.. والرياضة للجسم. والموسيقى للعاطفة. والرياضة تظل ناقصة بدون الموسيقى. والموسيقى تبقى محدودة الفائدة اذا لم تكملها الرياضة.. وبدون العلم لا يتقدم الانسان.. وبدون الرياضة لا يصون جسمه.. وبدون الموسيقى لا تتفتح مشاعره..

الجمعة:

قطرات ندى. تعلم كيف تصب نفسك في قالب الجماعة التي تصاحبها.

علي عبدالفتاح

فاميليا الجعايبي على مسرح بيروت

بيروت - رويتر: آخر الانشطة التي قدمها مسرح بيروت في نطاق موسمه للسنة الحالية عمل للمخرج التونسي الفاضل الجعايبي، وقدم المسرح ايضا في ١٥ من الشهر الحالي فيلم «شيشخان» الذي اخرجه الجعايبي وتلته ندوة عن الفيلم وعن المسرحية. نص المسرحية التي حملت اسم «فاميليا» هو للفاضل الجعايبي، ووضعتها في قالب درامي جليلة بكار والجعايبي هو مخرج المسرحية، وقد ادى الادوار جليلة بكار وكمال التواتي وفاطمة بن سعيدان وصباح بوزويتة.

والجعايبي كاتب ومخرج مسرحي وسينمائي تونسي شارك في تاسيس مسرح جنوب قفصة ١٩٧٢ والمسرح الجديد سنة ١٩٧٥.

من اعمال الجعايبي المسرحية والسينمائية «العرس» سنة ١٩٧٦ و«الامثولة» ١٩٧٧ و«غسالة النوادر» ١٩٨٠ و«عرب» ١٩٨٧ و«العوادة» ١٩٨٩ و«كوميديا» سنة ١٩٩١.

وقد حصل الجعايبي على عدة جوائز عن اعمال له منها جائزة التانيت الذهبي في ايام قرطاج السينمائية عام ١٩٨٨ والجائزة الوطنية للمسرح التونسي على مجمل اعماله وجائزة افضل اخراج على مسرحية «العوادة» في ايام قرطاج المسرحية والزيتونة الفضية لفيلم «شيشخان» في مهرجان سينما المتوسط في استيا في اسبانيا. فضلا عن عدد من الجوائز الاخرى.

المسرحية التي تتالف من احدى عشرة «حركة» تتحدث عن ثلاث اخوات في «اواخر العمر» هن بيونة ٨٨ سنة، وبهجة ٧٥ سنة، وملكة ٦٢ سنة تعدن من المقبرة بعد زيارة قبر الزهرة اختهن التي توفيت اخيرا، وقد سبق ان فقدن من قبلها ثلاث اخوات اخريات في ظروف غامضة وخلال فترة قصيرة.

الاخوات الثلاث يعشن في صراع مع الزمن وفي حقد الواحدة منهن على الاخرى وياتي التهامي الذي يقدم نفسه كمفتش ولكنه في الحقيقة نكرة ويدخل حياتهن بحكاياته واوهامه.

وكان مسرح بيروت قد قدم في برنامجه مؤخرا اسبوعا لافلام المخرج المصري محمد خان، وفي برامجه القادمة مسرحية احتفالية للمخرج شكيب خوري هي امام الباب، ومسرحية للاطفال هي الف لعبة ولعبة، من نص واخراج ميشيل جبر، وموسيقى ورقص من تقديم فرقة التراث لصبر مدلل ومعارض فنية تشكيلية منها معرض للفنان حسن جوني، فضلا عن ندوات شهرية عن كتب ستقام بحضور مؤلفيها.

وسبق لمسرح بيروت ان قدم اعمالا مسرحية للبنانيين وتونسيين وجزائريين.

من باب الحوار

ردا على ما جاء في زاوية (من اسبوع الى اسبوع) التي يكتبها الزميل علي عبدالفتاح في صفحة «فنون»، وصلتنا الملاحظات التالية من مدير مكتب التدريب الاعلامي الذي تطرقت اليه تلك الزاوية:

قرات ضمن زاويتكم في ملحق الدستور الاسبوعي تاريخ ٩٤/٢/٢٦ والتي تحمل عنوان - فنون من اسبوع الى اسبوع للسيد علي عبدالفتاح. وفي حصة الاربعاء من اسبوع تلك الزاوية ما تناول به مركز التدريب الاعلامي في مؤسسة الاذاعة والتلفزيون ودورات المركز بطريقة تجهل معنى الاعلام والتدريب

١- اطلق على المركز تسمية (معهد التدريب الاذاعي والتلفزيوني الاردني) واضاف متهكما (لا تعليق).. ولا تعليق لي على تهكمه المستهجن

٢- الذين يدربون في مركز التدريب الاعلامي مدربون بطاقات كبيرة معروفة يتمنى المذيعون الشباب (الذين ذكرهم السيد علي عبدالفتاح) ان يتدربوا على ايديهم. ولا تزال اصواتهم تثري الاذاعات العربية ومنها اذاعة المملكة الاردنية الهاشمية بالبرامج المختلفة. وملاحظة عابرة: ارى ان الكومبيوتر في عهد الكومبيوتر - كما جاء في الزاوية اياها - لا يخلق مذيعين اكفاء، ولا يعلم لغة عربية جيدة، ولا يصلح عيبا لفظيا او تاتاة، ولا يصقل موهبة. انما الذي يفعل كل هذه طاقات مجربة خبرت العمل الاذاعي والتلفزيوني ردحا طويلا من الزمان.

٣- اما تهمة الاستنفاع وتخنها خط. فلا باس بها اذا كانت الفائدة المستخلصة والمؤكدة من هؤلاء المستنفعين تعادل اضعاف اضعاف فئات المنفعة المادية.

٤- اما مدير مركز التدريب الاعلامي فلا يعيبه تجاوزه لسن التقاعد وتمديد خدمته. لا بسبب لون عينيه، ولكنه غني عن التعريف. مارس مهنة الاعلام بفنونها الصحفية والاذاعية والتلفزيونية بمواقع متقدمة في الاردن وقطر مدة ثمانية وثلاثين عاما، وليس ذنبه عدم معرفة صاحب زاوية فنون به.

وللعلم فقد زار مؤسسة الاذاعة والتلفزيون قبل ايام رئيس الاذاعة البريطانية (بمختلف خدماتها) «BBC» وهو يبلغ من العمر الآن ستة وسبعين عاما ولا يزال على راس عمله!! ويحمل لقب سير.

٥- ويسعدنا ان نستضيف صاحب الزاوية في دورة يتدرب فيها في مركز التدريب الاعلامي علّه يطور زاوية فنون لتكون فنونا حقا.

محمود توفيق الشاهد
مدير التطوير والتدريب
مدير مركز التدريب الاعلامي
مؤسسة الاذاعة والتلفزيون

هكذا من الأصل

تيسير فهمي لا تنكر دور الحظ

احاول ان احقق في الادوار التي اؤديها لذلك تبدو اعمالي قليلة نسبيا

القاهرة ـ هالة عبدالرحمن:

تيسير فهمي اثبتت من خلال مسيرتها الفنية موهبتها التلقائية في التمثيل، لكن يبدو انها لم تكن تتوقع لنفسها ذلك الانتشار الفني الكبير ونجاحها وانتشارها الفني جعلها تضاعف من جهودها وتحاول ان تمارس حريتها الكاملة في اختيار اعمالها.. وهذا يجعلها عرضة للمساءلة حول ما تختاره من ادوار. وما تقدمه من اداء تمثيلي، ورغم اعترافها بان اكثر الاعمال الفنية فقدتاثرها الفعال في وجدان الجماهير الا انها تؤكد انها شخصيا تخلصت من عيوبها الى حد كبير.



تقول تيسير · نعم، الحظ خدمني في بداية ظهوري كممثلة وهناك العديد من زميلاتي لم تتح لهن نفس الفرص التي اتيحت لي. عندما كنت طالبة بالمعهد وبالتحديد في السنة النهائية انتابني قلق شديد على مستقبلي ووصلت الى قرار بيني وبين نفسي ان اقبل الادوار الصغيرة اذا عرضت علي بشرط الا تكون سيئة. ولكن ما حدث هو ان المخرج الراحل سالم سالم اختارني لالعب دور فتاة خرساء في السهرة التلفزيونية (الترحيلة) فلفت ذلك الدور نظر المخرج السينمائي هنري بركات فرشحني للقيام ببطولة الفيلم السينمائي (عشاق تحت العشرين) وبعدها وجدت فرصتي في العديد من الاعمال التلفزيونية التي اهمها من وجهة نظري (السنين) و(سقطت اوراق الربيع) و(الوهم) و(الكهف والوهم والحب) و(رافت الهجان)

اعمالي قليلة

ولا شك ان كثرة الاعمال تزيد احتمالات الخطا، وانا لا اعمل كثيرا بالمعنى المفهوم. بل ارفض الكثير من الاعمال التي تعرض علي، واغيب لفترات طويلة عن الشاشة. وعندما اقدم عملا لا يرضيني تصيبني حالة من الخجل والندم لا يمكن وصفها وقد مررت بهذه الحالة مرتين بعدما عملت في مسلسل (العيلة) و(امراة في دوامة) وقد سالت نفسي بعدها لماذا قبلتهما؟ وما هو الخطا في اختياري الذي جعلني نادمة عليهما.

ولا اعتقد انني نمطية الاداء ففي بداياتي نصحني البعض بالاهتمام بملابسي وتسريحة شعري والتحكم في انفعالاتي امام الكاميرا، واظن انني نجحت الى حد كبير في هذا، وقدمت انماطا مختلفة من الشخصيات، ساعدتني على ادائها ملامح وجهي المرنة القابلة للتشكيل بالمكياج، بحيث تقنع المشاهد مهما تفاوتت المراحل السنية او الطبقات الاجتماعية للشخصيات التي اجسدها على الشاشة

اتهام!

وقد اتهم ان ادواري من الممكن ان تؤديها كثيرات غيري وانا لا اعد هذا اتهاما فاذا افترضنا ان عشرا او عشرين من الممثلات يمكن ان يؤدين نفس الدور فذلك قد لا يكون في صالح الممثلة التي تبحث عن فرصتها وسط الاخريات، ولكنه بالتاكيد في صالح المشاهد.

الاضواء



سيبيل شيبرد وتبني الاطفال



تنتهي سيبيل شيبرد في حالة من الاسى وتحطم القلب حينما تحاول ان تتبنى طفلا صغيرا جميلا، ولكنها قبل ان تتم اجراءات التبني تفاجا بوالديه يهرعان اليه ويحملانه من بين يديها ويمضيان. الامر لا يحدث واقعيا، وانما في فيلم جديد بعنوان «محطمو الاطفال» سجلته نجمة (مون لايتنغ) للتلفزيون مؤخرا

الحب الى حدود الكاحل

تعرضت المغنية ايرثا كيت لواحد من اكثر المواقف احراجا في حياتها، حدث ذلك عندما قفز واحد من الجمهور الى المسرح الذي كانت تغني عليه واخذ يزحف على اربع حتى قبض عليها من كاحليها، وكان المقتحم شابا في العشرينات من عمره حسن اللباس اخذ يكرر القول انه يحب المغنية التي تبلغ السادسة والستين من العمر حبا كبيرا.

المغنية التي كانت اول من مثل دور «المراة القطة» في التلفزيون استمرت الغناء متجاهلة ما يجري تحتها،حتى قفزت امراة في الخامسة والسبعين من العمر الى المسرح وسحبت الشاب بعيدا.



كاترين باخ والوزن الزائد

تعود كاترين باخ الى الشاشة الصغيرة في مسلسل جديد بعنوان «سماوات افريقية» وقد فوجيء الذين شاهدوها مؤخرا وهي تقدم الجوائز في احد الاحتفالات بانها كسبت الكثير من الوزن، مقارنة بما كانت عليه قبل ١٤ عاما عندما كانت نجمة من نجوم الويسترن، على الشاشة الصغيرة والكبيرة معا.





الباروكات رغم انفها

● جون كولينز.. الكتاب والباروكات

في احدى الجولات التي قامت بها جون كولينز في لندن مؤخرا، حرصت على ان تحصل على كتابها الجديد (اسراري) من احدى المكتبات وان تجد مصورا يلتقط لها صورة معه

احد الظرفاء علق على ذلك بقوله ان الباروكات هي جزء من اسرار جون كولينز، وهي حين تصل الى محل ما لتشتريها تحاول ان تتخفى وحين تخرج، وهي تحمل ما اشترته، لا تشير ملامحها الى الفرح الذي يبدو عليها مع الكتاب، ولكنها تكون اقرب الى القرف وكانها تستخدم الباروكات رغم انفها.

هكذا من الأصل

لكل بيئة وحداتها الفنية التي تعبر عن وجدانها

الزي الشعبي ليس مقصودا بشكله فقط ولكن بما يعبر به عن التراث الشعبي الاصيل

كتبت نيفين عبدالهادي

الحنين الى الماضي، بكل ما فيه من اصالة وعراقة يجعلنا نبحث في صفحات ايامنا عما يذكرنا به ويستحضر لنا رسومه الرائعة، حتى لا يندثر ماضينا ويتلاشى على مهل كما تتلاشى الرائحة الزكية امام عواصف النسيان.

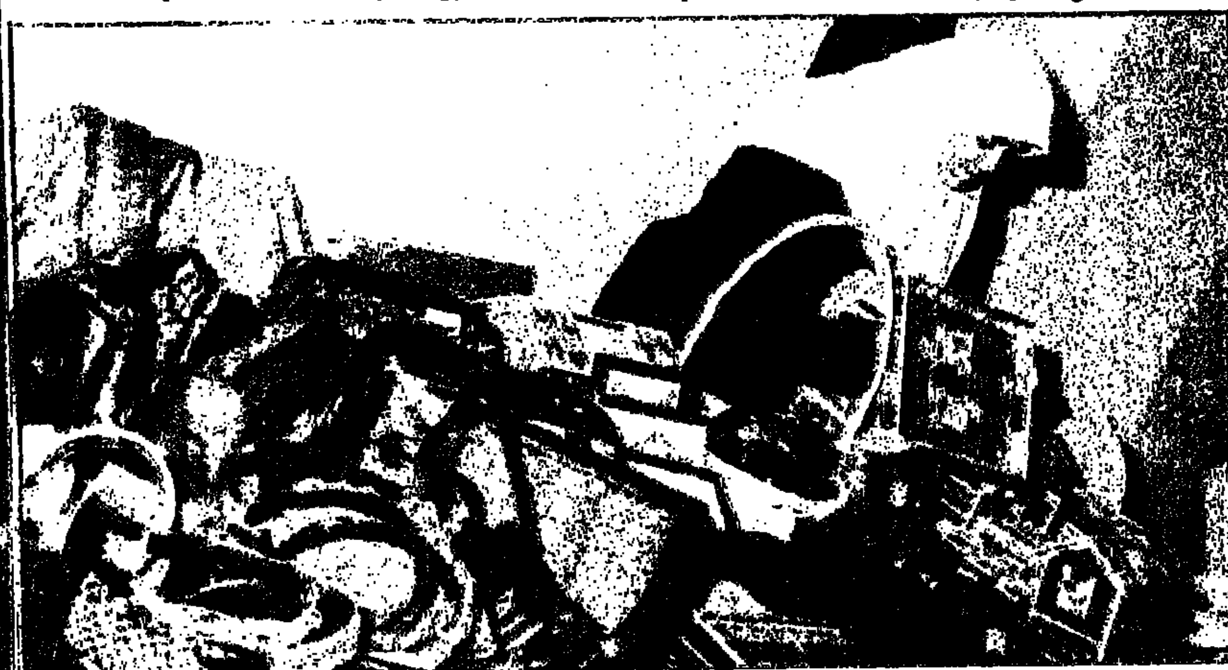
واليوم وقد وقفنا متذكرين الامس بجماله وعراقته، فحتما ستجذبنا تلك الرنة السحرية المنبعثة من اوتار قيثارة التراث، رمز ماضينا، فالتراث، نافذتنا المشرفة على ماضينا التي تطلعنا على بعض الامور من الامس البعيد.

تراثنا جميل ويجب الحفاظ عليه بشتى الطرق والاساليب لانه معرض للاندثار فاي عمل مهما كان كبيرا ام صغيرا سيساهم في الحفاظ عليه ويعتبر شيئا يحمي ما تبقى من قطرات غيث الامس الجميلة من ان تمتصها رمال الحضارة والمدنية.

ازياء شعبية

واشكال التراث ورموز الماضي متعددة، وقد اعاد الامس الى الذاكرة احد معارض الازياء الشعبية التراثية، حين قدم لنا الثوب الشعبي الجميل والثواب الشعبي لا يكمن جماله في الشكل فقط بل بالرسالة التي يحملها عن زمننا السابق وتراثنا وبيئتنا ودور المراة في تسجيل هذا الماضي بعاطفتها اللطيفة وعملها الانثوي الجميل.

والحديث عن الثوب الشعبي الاردني والفلسطيني ليس سهلا فهو بحاجة الى دراسات وابحاث بالتعريف. وقد لخصنا بعض هذه المعلومات حول الثوب الشعبي من خلال احدى المعنيات بالزي الشعبي الاردني الفلسطيني



وحدات فنية

الثوب الشعبي عبارة عن وحدات فنية نابعة من علاقة المراة ببيئتها وحياتها الاجتماعية والاقتصادية والدينية مما انتج وحدات تطريز شكلت ما يسمى بالثوب الشعبي.

ولكن نتيجة التطور الحاصل في حياتنا الاجتماعية والسياسية والاقتصادية حدث تطور في وحدات التطريز، لا سيما بعد ادخال دفاتر الرسومات الاجنبية الى الاردن وفلسطين فاخذت النساء يقلدن هذه الوحدات بالاضافة الى لجوئهن الى الاقمشة المستوردة مما جعل انواع الخيوط المستخدمة في التطريز تختلف وكانت النساء يستخدمن القماش من القطن الطبيعي المزروع في فلسطين ومن خيوط الحرير المستورد من لبنان وسوريا ولكن الامور كلها اخذت تتغير نتيجة استمرارية التغير في حياتنا.

بيئة والوان

وتختلف اشكال الثوب الشعبي باختلاف المنطقة والبيئة فنجد وحدات التطريز في المناطق القريبة من البحر تاخذ شكل موجات البحر اما في منطقة رام الله فنجد وحدات الورود، ومناطق البادية وبئر السبع تغلب على الثوب الالوان البراقة والورود.. اما في منطقة الخليل فهناك وحدة العنب كما ان لمعتقدات الناس اثرها على وحدات التطريز فنجد وحدة الودع ووحدة الحجاب على اشكالها المختلفة.

وتشكل الثوب ايضا كان يتاثر بالبيئة فثوب المراة في البادية واسع جدا، او هو يخاط بطريقة تلائم قساوة الصحراء ... وطبيعة تضاريسها وجودها

وكان هناك لونان يعتمد عليهما في الثوب الشعبي هما اللون الابيض والاسود. وكان اللون ايضا يتاثر بالبيئة والمنطقة

والمهم في الامر ان المراة كانت تعتمد اعتمادا ذاتيا في تطريز الثوب واختيار اللون فقد كانت الصبغة تستخرج من النباتات الطبيعية المتواجدة في البيئة انذاك

اشكال اخرى

وهناك اشياء اخرى دخلت فيها و... غير الازياء ... الاشياء المخدات ... تعد من ... العروس في ... تغيرت هذه ... تطبق على ... والمخدات ... تبقى ترمز ... هذا بالاضافة ... وصناديق ... وغيرها من ... التي زينها ... التراثي.

تصوير جور...

شيء خاص

الاحباط المتصل

● منذ بضع سنوات وانا اعيش حياة لا توحي باي فرح، فقد توفيت والدتي وتزوج والدي بعد ذلك بشهور قليلة، ولم اكن قد تجاوزت الحزن على والدتي، ولم استطع التالف مع زوجة ابي، وتم الاتفاق على ان اعيش مع خالتي المسنة، التي اجد صعوبة في التفاهم معها. ولذلك احس بالوحدة الشديدة وغياب الانسان الحميم الذي استطيع ان ابوح له بما اعاني منه.
وكانت احدى مدرساتي قد تفهمت وضعي بعد ان حكيته لها، ووجدت منها شيئا من المشاركة، لكني بعد ذلك احسست بانني اجد صعوبة في متابعتها داخل الدرس، ولذلك توقفت عن مصارحتها حرصا على دراستي. ولذلك صرت الجا الى احلام اليقظة التي ارى فيها تارة من يهتم بي، وتارة من اهتم به. وانا احس بان لي قريبة تحبني، وتفهمني، لدرجة انني فكرت بان اطلب منها قبولي كي اسكن عندها، لكني تصورت بانني اطالب بالكثير، كما انني لا اعرف كيف اصارحها بذلك، مع العلم بان المسالة ليست مادية، لان والدي لا يهملني ماديا، وهو يدفع ما يترتب عليّ حيث اكون فهل هناك طريقة استطيع بواسطتها ان اعدل وضعي؟

***

ـ هناك ما يجب ان نفهمه جميعا، وهو انه ليس من العيب علينا الا نتظاهر بالسعادة حينما لا نكون سعداء بالفعل، ومن الواضح تماما ان الحزن متمكن منك الى حد بعيد. بعد تجربتين قاسيتين مررت بهما في سن مبكرة: وفاة والدتك وانشغال والدك عنك، وقد استطيع ان اتصور ان والدك يظن انه اختار لك الافضل، لان خالتك اقرب الى والدتك من زوجة ابيك التي احتلت مكانها. ويبدو ان سكوتك ارضاه، وكان من الضروري ان يعرف بحزنك بسبب وضعك الجديد. لا لان البقاء معه محتمل، ولكن من اجل ان يكون لديك حق طلب المساعدة منه، في الموقف الذي تحتاجين فيه الى المساعدة، كما انت الان.
ان مشكلتك تتلخص في احساسك بالوحدة، والتشوق الى انسان يستمع اليك، بمحبة وتفهم، كما كانت والدتك تفعل. وهذه المشكلة لا تحل بالسكوت عنها، ولا بالتظاهر بالرضى. ولذلك اتصور ان اول خطوة يفترض ان تقدمي عليها هي مصارحة والدك وخالتك بهذا الاحساس بالحزن، والوحدة ايضا، وسوف تجدين لديهما تفهما تستطيعين من خلاله ان تطلبي عونهما في توجيه ذلك السؤال الذي يقلقك الى تلك القريبة التي ترغبين في الحياة معها، حتى تتمكني من الاستقلال، كما ان بامكانك ان تطلبي العون من مدرستك التي تعرف وضعك من قبل، لان خجلك منها اول الامر، طبيعي، بعد ان كشفت سرك لها، لكنك ستتعودين على عدم الخجل، في الدرس او خارجه، حين تتاكدين انها تحفظ لك هذا السر، وتعاونك على تجاوز هذه المرحلة الصعبة في حياتك، وليس اللجوء الى احلام اليقظة امرا سيئا، ما دامت محاولة لتصور مستقبل افضل وقد تساعد على التخطيط له، لكنها تصبح سيئة اذا تجاوزت الحدود وصارت هروبا من الواقع، لا محاولة لتجاوزه الى ما هو افضل منه.

المال والحب والسعادة هي الاولويات

الرجال والنساء يحبون المال والحب والسعادة اكثر من اي شيء اخر. وهم يتساءلون في هذا الحب، كما يؤكد بحث حول القيم اجري في جامعة دالاس. وقد احتلت النقود مرتبة اعلى قليلا لدى الرجال. في الاستفتاء الذي اجري بين طلبة الجامعة، بينما احتلت السعادة كهدف مرتبة اعلى قليلا لدى النساء. المفاجاة الوحيدة التي وقف امامها الدارسون هي ان ٢ بالمئة فقط ممن تم استفتاؤهم ذكروا ان الدخل واحد من الامور الاساسية على قائمة تمنياتهم.

لماذا تتكسر عظام النساء مع تقدمهن في العمر؟

يمكن حماية هذه العظام عند الكبر اذا بدأت العناية بها منذ الطفولة

● ثلاثة اجيال

● الحليب وقاية منذ الطفولة

... من الحليب والانقطاع عن الرياضة [illegible] والكالسيوم عند الضرورة

عند سن الستين، تكاد امراة واحدة بين كل اربع نساء تصاب بكسر في العظم، بسبب مرض في العظام، تعاني منه لكن نظام تغذية جيد، بالاضافة نظام تدريبات رياضية مناسب، يمكن ان يقلل نسبة من الاخطار التي تواجه المراة في حياتها في المستقبل.
تروي جوزفين لي (٦١ سنة) انها فقدت اكثر من عشرة سنتيمترات من طولها خلال شهور، فمنذ ان دخلت سن الياس اخذ بطنها ينتفخ، واخذ كتفاها يستديران، والسبب هو المرض الذي يدعى (اوستيوبوروسيس) وفقدت جوزفين بعض طولها لان ظهرها كسر خمس مرات خلال بضعة اشهر، وقد بدات الام الظهر لديها بعد توقف العادة الشهرية، وقبل عيد ميلادها السابع والخمسين مباشرة، كانت تنزل من السرير، عندما سمعت صوت تكسر في ظهرها، واحست بالم شديد القسوة وكان ذلك اول شرخ في عظام الظهر.
وفي مثل هذا المرض تصبح العظام مسامية وهشة ويسهل كسرها، ولانها حالة لا تكون مؤلمة كل الوقت فقد لا تحس المراة بوجودها لديها حتى تنكسر احدى عظامها، وفي هذا الوقت تكون قد فقدت ثلث صلابة عظامها.

نساء في خطر

والمراة معرضة لكسر العظام في سن متاخرة اكثر من الرجل بعشرة اضعاف، وهذا لا يعني ان الرجال لا يصابون بهذه الحالة المرضية، ولكنه يعني ان المراة اكثر اصابة بها، لان عظامها اقل كثافة، كما ان فقدان الكثافة يزداد بعد سن الياس، وذلك بسبب النقص في الاوستروجين، الذي يساهم في اصلاح العظام. فبعد سن الياس، يقل افراز الاوستروجين الى الربع او الخمس، ولذلك تبدا بعض النساء بفقدان العظام بسرعة، منذ سن الخمسين.

شأن عائلي

وقد تصيب الحالة نساء صغيرات في السن، اذا كانت نسبة ما يفرزنه من الاوستروجين قليلة، وقد يحدث هذا في حالات خاصة، مثل حالات الحمل، وحينما تم فحص دافينا ابنة جوزفين بعد انجاب ابنها الثالث، وجدت لديها حالة العظام الهشة، فتوقفت عن ارضاع الطفل من صدرها، ورتبت لنفسها نظاما غذائيا غنيا بالكالسيوم واخذت تمارس التمارين الرياضية وقد اخذت العائلة حذرها الشديد فاهتمت بناتالي ابنة دافينا (٩ سنوات) وعودتها على رقص الباليه ورياضة الدراجات وتناول كميات كبيرة من الحليب الغني بالكالسيوم.
وتقول ليندا ادواردز، مديرة الاتحاد الوطني لامراض العظام، ان هذه الحالة قد تصيب النساء في سن مبكرة، لانها ليست مرضا خاصا بالعجائز، والاطباء يعرفون القليل عن هذا المرض لدى الاطفال، وقد يفشلون في تشخيصه حين يحدث لدى المراة الحامل. وهذا المرض لا يحدث بسبب نقص في مستويات الاوستروجين فقط. ولكنه قد يصيب في المستقبل من لم يمارس الرياضة. او يحصلن على ما يكفي من الكالسيوم في الطفولة، ومن المعروف ان نمو العظام يستمر حتى ما بين الخامسة والعشرين والخامسة والثلاثين من العمر، ثم تبدا العظام بعد ذلك بفقدان الكالسيوم الذي جعلها كثيفة وقوية، وجميع العظام تصبح مسامية مع السن، ونسبة ذلك تعتمد على الحالة التي كانت عليها هذه العظام من قبل، وحتى سن الستين، تكون امراة واحدة بين كل اربع نساء قد كسرت رسغا او ضلعا او عمودا فقريا، وفي سن السبعين، تكون امراة بين كل امراتين، قد كسرت عظمة في مكان ما، مع وجود تفاوت في الاستعداد لدى مجموعات النساء.

لا علاج

وليس هناك علاج ... لهذا المرض، ولكن ... ممكن، اذا بدات ... بتناول الهرمونات ... تفقدها، قبل سن ... وهذه الطريقة لا ... المرض اذا حدث ... تساعد على حفظ ... التلف، في اي سن ... لانها طريقة تعوض ... يفرزه الجسم ... الاوستروجين.
يفترض الاستمرار ... الهرمونات الاضافية ... التوقف يعني عودة ... العظام.
وهناك بعض الادوية ... يمكن ان تساعد ... الكالسيتونين، وهو ... ينظم مستويات ... ويوصف للنساء ... اصبن بسرطان ... توقفت لديهن ... الشهرية منذ زمن ...

الوقاية اولا

ويعتقد الاطباء ... الوسائل لوقاية ... هذا المرض، هي ... الرياضية التي ... نصف ساعة من ... الركض او الرقص ... مرات في الاسبوع ... مبالغة، لان نقص ... بشكل كبير ... الاوستروجين.
كما ينصح الاطباء ... المزيد من الكالسيوم ... مهم جدا في ... والبلوغ وحالة ... وحالة الارضاع ... لكن كل البالغين ... بان يحصلوا على ... مليغرام في اليوم ... الجبنة واللبن ... والسبانخ ... الاخرى الغنية ... كبر عمر المراة ... ان تحصل على ... كجرعة اضافية ... للمواد الغذائية ... بطيئا.

نساء اكثر استعدادا

النساء اللواتي يكن اكثر استعدادا للاصابة بالمرض الذي يسبب كسور العظام مع تقدم العمر يقعن في المجموعات التالية.
- النحيفات.
- اللواتي يمارسن مهنة تتطلب الجلوس طويلا
- غير المنجبات
- المدخنات (لان ذلك يساهم في اقلال نسبة الكالسيوم).
- اللواتي يشربن الكحول بكثرة.
- اللواتي توقفت لديهن العادة الشهرية مبكرا.
- اللواتي استؤصل المبيضان لديهن.
- اللواتي لعائلاتهن تاريخ مع المرض نفسه.
- اللواتي لم يحصلن على ما يكفي من الكالسيوم.
- اللواتي حصلن على نسبة عالية من البروتين.

الكالسيوم في الطعام

يوجد الكالسيوم في الاطعمة التالية بشكل كبير: الحليب (خاصة اذا كان غنيا بالكالسيوم) السردين، الجبنة، اللبن، اللوز، السبانخ، الفاصولياء.

همسة

روح العمل

لان يذهب احدكم ويحتطب حزمة من الحطب على ظهره ويبيعها خير من ان يسال الناس فيعطوه او يمنعوه، هذا ما قاله الرسول صلى الله عليه وسلم لرجل يشكو الفقر ويسال الناس فاعطاه الرسول درهمين ليقتات بالاول ويشتري فاسا بالثاني على ان يعود الى الرسول بعد ١٥ يوما، وبالفعل رجع بعد المدة المحددة ووضعه مختلف تماما، فقد عمل وارتزق بعرق جبينه وما اروعه من شعور.
ذكرتني حملة البر والاحسان بهذه الحادثة، وما تقدمه من ماعز شامي، وماكنات خياطة، والات التريكو، وغيرها بالاضافة الى مبلغ من المال ليعاون المحتاجين حتى يبدا الانتاج، وتاتي هذه المساعدات لتكون استمرارية للعمل والانتاج، فما الذ لقمة العيش الكريمة في مجتمع شمر الجميع عن ساعديه للعمل في جو صحي وسليم يسوده التكافل.
وقديما قالت الحكمة الصينية. لا تطعمني سمكا بل علمني كيف اصطاد.

مها الشريف

المساء يكون جميلا اذا تالف مع الابراج

مواليد كل برج لهم سماتهم الخاصة المتعلقة بنوعية الطعام ومكانه والنشاط الترفيهي الذي يرافقه

هناك صفات محددة، من ناحية عاطفية، يحملها مواليد كل برج من الابراج الفلكية، كما يؤكد الفلكي الشهير لين بالمر، الذي نشر ١٧ كتابا في المواضيع الفلكية.
يقول بالمر ان برج الانسان يحدد الملامح التي تساعد على التعامل معه، في قضايا المزاج، وقضايا العاطفة، وهو يؤكد ان التعرف على هذه الملامح يجعل التعامل ناجحا الى حد كبير، وفيما يلي قائمة بالابراج، واهم ما يحب مواليدها وما يكرهون، في سهرات العشاء

● الحمل ٣/٢١ ـ ٤/١٩:

مواليد هذا البرج يحبون تناول العشاء والسهر خارج المنزل، وهم يحبون المطاعم التي تكون في الهواء الطلق، والتي تحتوي على المفاجات، كما يحبون وجود فرقة موسيقية تعزف موسيقى حية، بدلا من التسجيلات، ويحب مواليد الحمل الرياضة ايضا، ولذلك فان بطاقات الى الالعاب الرياضية تكون المفاجات التي يفضلونها

● الثور ٤/٢٠ ـ ٥/٢١:

هم عمليون ومرتبطون بالواقع، لذلك يفضلون تناول العشاء في المنزل، وتعجبهم وجبة معدة منزليا، مع حلوى طازجة بعدها، وغالبا ما يفضلون موسيقى هادئة تنطلق من زوايا المكان، او يحبون التفرج على فيلم موسيقي بعد العشاء

● الجوزاء ٥/٢٢ ـ ٦/٢٠:

هذا البرج القلق يحب النشاط، ولذلك يحب ان يبقى في الخارج، خاصة في الليل من اجل تناول العشاء، ولذلك فان افضل تخطيط لمرافقته يكون بالاعداد لسهرة نشيطة في مطعم مزدحم، ومليء بالضجة، لينتهي الامر في مكان اكثر صخبا، بالموسيقى والرقص

● السرطان ٦/٢١ ـ ٧/٢٢:

الطعام هو اكثر المتع التي يحبها مواليد هذا البرج، وهم يحبون البقاء في المنزل والمساعدة في اعمال المطبخ اكثر مما يحبون الخروج، ولذلك فان وجبة خاصة داخل المنزل تكون مناسبة تماما، خاصة اذا اتبعت بفيلم رومانسي تتم مشاهدته بعد العشاء

● الاسد ٧/٢٣ ـ ٨/٢٢:

مواليد هذا البرج يحبون التدليل، ولذلك فان دعوتهم يفترض ان تكون في اهم المطاعم، على ان يحصلوا على افضل حلوى ممكنة بعد الطعام، ومواليد البرج يحبون ارقى الاشياء في الطعام والشراب، لذلك فان التعامل معهم يحتاج الى استعداد مادي.

● العذراء ٨/٢٣ ـ ٩/٢٢:

ـ بالنسبة للطعام صاحب هذا البرج انتقائي تماما، وهو يختار الطعام الصحي، ويهتم كثيرا بالنظام، فاذا دعي الى الطعام في منزل، فان من دواعي راحته ان يكون المطبخ نظيفا جدا اما بعد الطعام فهو يحب الراحة والهدوء وغالبا ما يستمتع بجلسة حوار لطيفة، مع القهوة

● الميزان ٩/٢٣ ـ ١٠/٢٢:

عندما يتوجه مواليد هذا البرج الى العشاء ـ فان وجود الضوء الخافت والجو الرومانسي يصبح امرا اساسيا، اضافة الى الموسيقى الناعمة، ويحب ،الميزانيون، ان يطيب طعامهم بعصارات الاعشاب، كما يحبون الحلوى الغنية، اما بعد العشاء فتجذبهم مشاهدة قصة حب على الشاشة

● العقرب ١٠/٢٣ ـ ١١/٢١:

يحبون الطعام الطازج في موسمه، كما يحبون الطعام الغريب الذي لا يعرفه الناس (كالطعام الصيني او الهندي او المكسيكي) اما سهرتهم المفضلة بعد ذلك فتكون مع فيلم تشويق.

● القوس ١١/٢٢ ـ ١٢/٢١:

يتميزون بالقلق، وعدم الراحة، ويحبون الخروج، وهم يحبون الطعام الدسم، والحلوى التي يعلوها الكريم بكثافة، وهم متحركون، يحبون المناسبات الرياضية

● الجدي ١٢/٢٢ ـ ١/١٩:

عمليون ، يحبون الطعام البسيط، ويسعدهم، سواء كان داخل البيت او خارجه، وافضل ما يستمتعون به، غير الطعام، حفل للموسيقى الكلاسيكية او مسرحية هامة

● الدلو ١/٢٠ ـ ٢/١٩:

يحبون تناول الطعام في الخارج، وتجذبهم الاماكن غير العادية، وغير المطروقة، وهم يحبون انجاز الاشياء في لحظتها، ولذلك لا ضرورة للتخطيط معهم فيما يخص الطعام او السهرات، فالمهم هو ان يوجدوا في جو ممتع

● الحوت ٢/٢٠ ـ ٣/٢٠:

يحتاج الى جو رومانسي داخل المنزل، بالشموع، والازهار التي تكون على طاولة الطعام، وبالموسيقى الناعمة، ومواليد هذا البرج في العادة راقصون ممتازون، ولذلك يفضلون الرقص في الخارج، بعد العشاء المنزلي

ازياء

البلوزة الطويلة

يمكن اعتبار البلوزة الطويلة المشغولة من الصوف احدى الصرعات التي انتشرت خلال الشتاء لما تضفيه من جمال على المراة وما تمنحه من دفء وما تعطيه من فرصة لتنوع الاشكال وتداخل الالوان في ان واحد.
والبلوزة تتخذ شكل الفستان وقد تصل الى منتصف الساق لكنها في الغالب تكون فوق الركبة ويتم ارتداؤها مع بنطلون مناسب.
خطوط الالوان والاشكال في هذا الزي كثيرة، ويمكن التفنن فيها وان كان اللون الاحمر والبني من ابرز الالوان، كارضية اساسية او كتلوين فوق ارضية بيضاء، ويمكن ان يدخل في تصميم البلوزة كمراة من الصوف، توزع بشكل هندسية متناسق، لتعطيها جمالا وخصوصية كما يمكن ان تستوحي الوانها من الملابس الشعبية، او من نقوش السجاد، او تكون بسيطة تماما على شكل مساحات متوازية تعطي في مجموعها شكلا جميلا.

الصداع

سلسلة طويلة من الآلام التي تصيب الرأس تترصدها وسائل متعددة تخفف منها

يمكن القول ان واحدا من كل ثلاثة اشخاص يعاني من الصداع المزمن، وهذا الصداع يمكن ان يؤثر على كل ما يفعله الانسان كما تقول ان راش مديرة المؤسسة التي تعتني بالصداع في بريطانيا وتضيف: قد تعاني منه العلاقات، والاعمال وقد تفقد الوظائف بسببه، ومن الطريف اننا جميعا نتصور اننا نعرف عن الصداع كثيرا، مع ان الواقع غير ذلك. لان اسباب الصداع يصعب ان تحصر، حتى لدى المختصين.

وقد اصبح من المعروف ان النساء يعانين من الصداع اكثر من الرجال بنسبة (ثلاثة الى واحد)، كما ان حالات الصداع تستمر من بضع ساعات الى ثلاثة ايام، كما تقول د. ان ماكفريفور التي تشرف على علاج الصداع في عيادة احد المستشفيات بلندن، وهي تضيف: ان الالام التي تصيب الرأس كثيرا ما تصاحبها اعراض اخرى مثل الاحساس بالغثيان والتقيؤ واختلاط الرؤية البصرية وغير ذلك.

وبخلاف انواع الصداع الاخرى، فان الصداع النصفي ينشأ عن تغير في كيمياء الجسم لان مادة كيميائية تفرز (اسمها سيرو تونين) وتؤثر على جزء من الدماغ، مما يحدث تغيرا في السلوك، وبعد ذلك تقوم هذه المادة بنفخ الاوعية الدموية في الدماغ، مما يوتر الاعصاب التي تحيط بها، فتسبب الاما شديدة.

ولم يكن هناك علاج لمثل هذه الالام التي تستمر سنوات طويلة، وتطل مرتين في الشهر، لتستمر اربعة ايام، مصاحبة باعراض اخرى معظم الوقت.

ومثل هذا الصداع قد يجعل الانسان غير قادر على اداء عمله، او التعامل مع من حوله بشكل طبيعي، وغالبا ما تفشل الادوية العادية المسكنة في تخفيف حدته.

وفي الفترة الاخيرة توصل بعض الاطباء الى مزج المسكنات بالادوية التي تعالج بها الكآبة، وحصلوا على نتائج مذهلة. ومع ان ذلك لم يقض على الصداع النصفي الا انه يخفف آلامه الى الحد الذي يمكن احتماله.

انواع واسباب

● ليس كل صداع يصيب الانسان هو صداع نصفي (ميغرين) حتى وان حمل معظم اعراضه، فهناك مثلا صداع توتري، هو اكثر انتشارا من الصداع النصفي، وهو ينتج عن الاجهاد، ومثل هذا الصداع يسبب الالم على شكل عصابة حول الرأس، كما تقول د. ماكفريفور، وقد يكون هذا الالم قويا جدا ولا يستجيب للمسكنات.

● وقد وجد ان شخصا من كل عشرة مرضى يراجعون الطبيب بسبب الصداع، انما يعانون منه بسبب كثرة تناولهم للمسكنات، ويقول د. فياض احمد من عيادة الاميرة مرغريت للصداع بلندن. انها دائرة متصلة، لان جزءا من المشكلة يكمن في ان انواعا كثيرة من المسكنات التي يمكن شراؤها دون وصفة تحتوي على الكودين او الكافيين، التي تجعلها مسببة للادمان، وقد فحصنا اناسا يتناولون حتى عشر حبات من المسكنات ومع ذلك يستمر صداعهم يوميا، ومع ان ترك المسكنات ليس امرا ممتعا، الا ان الناس حين يفعلون يشعرون براحة رائعة.

● وهناك نوع من الصداع (العنقودي) الذي يتكرر عدة مرات في اليوم الواحد، ويستمر لاسابيع او لشهور في المرة الواحدة، وهذا النوع من الصداع نادر الحدوث كما يقول د. احمد ويضيف: الذين يصابون به يصفون آلامه بانها مثل حد السكين ومن حسن الحظ ان هناك ادوية تمنع حدوث الصداعات العنقودية.

● الاستعداد للاصابة بالصداع، وخاصة بالصداع النصفي، قد يتواجد في العائلة الواحدة بمعنى ان العامل الوراثي فيه قد يكون سببا.

● لكن ابرز الاكتشافات الحديثة هي التي تقول ان معظم حالات الصداع هي محصلة لحساسية تجاه بعض الاطعمة، ويقول د. احمد: ان الاطعمة التي تحتوي على مادة تسمى (تيرامين) تم التأكد من انها تثير نوبات الصداع النصفي، وابرز انواع هذه الاطعمة هي: الحمضيات والجبنة والنبيذ.

وتنصح ان راش بان يحتفظ الانسان الذي يصاب بالصداع بمذكرة يرصد فيها الاطعمة التي يتناولها لبضعة اسابيع حتى يستطيع ان يكتشف الغذاء الذي يثير الصداع لديه ويتجنبه، واذا لم يكتشف طعاما محددا مما يتناوله بين فترة واخرى فان عليه ان يركز على ما يتناوله باستمرار مثل الملح مما قد يكون ملوما.

● والامتناع عن الطعام لفترة طويلة قد يسبب الصداع ايضا، فعندما تنخفض نسبة السكر في الجسم، فانه يتم افراز الادرينالين الذي يمكن ان يثير الصداع في نسبة معينة من الناس.

● وهناك اسباب اخرى متعلقة بالطقس، خاصة الشمس القوية، والارهاق المفاجيء ومع ان التمرينات الرياضية العادية قد تساعد في تخفيف حدة الصداع المزمن الا ان الارهاق المفاجيء يرفع ضغط الدم فينتج الصداع.

● وهناك اناس يصيبهم الصداع بسبب الجنس وهو يجيء مفاجئا وحادا بعد ممارسته، وقد يستمر لثلاثة ايام.

● يضاف الى ذلك كله لدى المرأة، انواع الصداع التي تسببها الهرمونات وتكون مستويات الاويستروجين مثلا سببا في حالة صداع واحدة من كل عشر حالات

ومن حسن الحظ ان هناك انواعا جديدة من الادوية التي تعالج الصداع، كما ان هناك بدائل اخرى للادوية، متاحة بشكل مناسب، ولذلك فانه لا يجوز ان نكتفي بقبول الصداع، لان هناك طرقا للتغلب عليه.

مسكنات غير دوائية

● المساج والضغط ان تدليك الصدغين … عليهما يفيد في … الصداع، كما ان ربط … يربط حول الراس … نفسه وقد صممت … خاصة تقوم بالتركيز … الالم.

● الحرارة والثلج: … على منطقة الالم … الدم اليها فيعطي … فرصة للاسترخاء … اخرى وجدت الابر … الجزء الذي يتركز … الراس يكون اقل … الاجزاء الاخرى … تسخينه قد يخفف الا… وقد بات معروفا … ساخنا يمكن ان يفيد … الذين يعانون من … النصفي، كما ان … ان مجرد نقع ارجلهم … الدافيء اوتدفئة اجزاء … (كالكتفين او البطن …) يكفي للاحساس بالراحة.

● الاسترخاء: ان … اساليب الاسترخاء … الانسان من التخلص … توتر قد يكون سببا … الصداع او الصداع …

● الابر الصينية: … بطريقة تجعل الجسم … مسكناته الخاصة … او بوقف النشاط … والابر الصينية … توجه الى نقاط … الجسم.

● تدليك الاقدام: … توتر العضلات، المستحسن ان يتم … على اطراف اصابع … هناك من يقول انها … الراس.

● بعض النبات الذي … على مادة (بارثينولايد) تمنع افراز السيروتونين … الدماغ وقد وجد ان … تمنع نوبات الصداع … تخففها وقد تم استخدام … المادة على شكل حبوب … الصيدليات.

● تصحيح ترددات … الدماغية: وهو … جديد ما زال تحت التجربة … عبارة عن جهاز … تصحيح الترددات … موجات الدماغ وهذه … هي التي تسبب الصداع … قياس الموجات … بالكومبيوتر ثم … الفجوات التي تكتنف … الموجات الطبيعية … جهاز جيب، يرسل … خاصة.

● المساج في النقطة المناسبة

● استرخاء

مرض لا يجوز ان نعترف به ونسكت عنه

● بعض الاطعمة التي تثير الصداع

الفيتامين يخفف آلام الرسغ

فيتامين ب ٦ يمكنه ان يخفف الام الرسغ التي تحدث بسبب كثرة الطباعة وهذه الحالة تصيب الذين يتعاملون مع الالات الكاتبة، والكومبيوتر وكل العاملين الذين يكون رسغهم في وضع غير عادي معظم اليوم. وقد اجريت دراسة على عدد من الذين يعانون من الاعراض الخاصة بالرسغ في مركز طبي بكاليفورنيا، فتبين ان تناول ٢٠٠ ملغم من فيتامين ب ٦ كل يوم ولمدة ثلاثة اشهر يخفف هذه الالام كثيرا او ينهيها، ويعتقد الباحثون ان الفيتامين يزيد من قدرة الانسان على مقاومة الالام.

انتشار الايدز اسرع لدى النساء

يزداد انتشار الايدز بين النساء بسرعة تساوي اربعة اضعاف هذه الزيادة لدى الرجال، فبينما ارتفعت اصابات الايدز بين الرجال بنسبة ٢,٥ بالمئة بين ١٩٩١ - ١٩٩٢ ارتفعت الاصابات بين النساء بنسبة ٩,٨ بالمئة.

وعدد الرجال البالغين المصابين بالايدز ما يزال ثمانية اضعاف عدد النساء البالغات المصابات لكن العدد بين غير البالغين هو ثلاثة من الذكور في مقابل انثى واحدة.

دواء تأكدت فعاليته في علاج الصداع الذي يرافق العادة الشهرية لدى المرأة

علاج جديد للصداع قد يكون سببا في تخليص ملايين النساء من الالام التي تصاحب العادة الشهرية، خاصة الام الصداع القاسية. وقد اجري تجارب العلاج الجديد الذي يحمل اسم (ميثيسيرغايد) على عدد من النساء اللواتي يعانين صداعا يرافق العادة الشهرية فاختفى الصداع من نسبة كبيرة منهن وانخفض لدى نسبة اخرى، ولم يتاثر سوى عدد بسيط.

وقد اعتبرت هذه النتائج مذهلة لدى الدكتور غورباشان كاتبال الذي اشرف على التجارب، وهو استاذ علوم التغذية المساعد في كلية الطب بنسلفانيا.

وكان (الميثيسيرغايد) قد طور اساسا من اجل كل انواع الصداع التي يعاني منها المرضى ويحتاجون الى جرعات يومية من العلاج لفترات طويلة حتى يسيطروا على هذا الصداع المزمن.

ولكن بعض المشاكل الجانبية ظهرت مع العلاج، على حد قول الدكتور سيمور دياموند، مدير احدى عيادات شيكاغو المتخصصة في علاج الصداع، فقد لاحظ ان استخدام العلاج الجديد لفترة طويلة من الزمن تزيد عن ستة اشهر قد يتسبب في الفشل الكلوي لدى الشخص الذي تتم معالجته، لكن الدكتور دياموند يؤكد ان هذا الدواء يمكن ان يوصف للنساء الصحيحات الجسم، اللواتي يعانين من الصداع في فترة العادة الشهرية فقط، دون اي خوف من اثاره سواء اعطي كعلاج مساعد لادوية اخرى، او كعلاج اساسي، لان استخدام هذا الدواء قبل العادة الشهرية او ايامها لن تكون له اية اثار جانبية خطيرة خاصة اذا لم تزد ايام استخدامه المتصلة عن سبعة ايام، لان الخوف ياتي من الاستخدام لفترات طويلة ومتصلة من الزمن لا لفترات … متقطعة.

والصداع الحاد … يصاحب العادة الشهرية … لدى نسبة تصل … بالمئة من النساء … الصعب ان يعالج … الدراسات التي … الدكتور كاتبال … دراسات تكتشف … فوائد (الميثيسيرغايد) … علاج هذا النوع … الصداع. ويقول … كاتبال: ان ملايين … اللواتي يشلهن الصداع … فترة العادة الشهرية … بامكانهن ان يتناولن … الدواء ليمنعن الصداع … الحدوث اصلا.

اخطاء اساسية في حياة الانسان من المعيب ان يكررها يوما بعد آخر

كل انسان يمكن ان يصل الى تقرير خاطيء للامور، بين حين واخر، لكن ارتكاب الاخطاء ذاتها مرة بعد مرة، هي عناء واضح، كما يقول الدكتور ارثور فريمان الذي يشارك في تاليف كتاب «الاخطاء العشرة الاكثر غباء التي يرتكبها الاذكياء وكيف يمكن تجنبها» وفيما يلي هذه الاخطاء:

اعراض الكتكوت الصغير:

في قصة الاطفال، عندما ضرب راس الكتكوت الصغيرة كحبة جوز الهند تصور راسا ان السماء وقعت، وهناك عدد كبير من الناس الذين يصلون الى استنتاج ماساوي، في امر لا يستحق ذلك، وهذا الاستنتاج يجعلهم يعيشون في ماساة، فمنهم من اذا اصيب بعرض بسيط تصوره مرضا خطيرا، وهذا ما يسمى بعملية القفز الى الاستنتاج التي يجب ان يتخلص الانسان منها..

قراءة الافكار:

هناك من يعتقد ان الاخرين يعرفون بماذا يفكر، فحينما يقوم الزوج مثلا بعمل تنزعج منه زوجته، فانها تتصور ان عليه ان يكون واعيا لمشاعرها تجاه ذلك دون ان تبلغه بها، ان شيئا واحدا لا يمكن ان يتم اصلاحه بين اثنين او اكثر، اذا لم يكن هناك حديث عنه.

التشخيص

هناك من يعتقد ان اي نقد، او عبارات عامة، انما هو موجه اليه شخصيا، فاذا خاطب الرئيس في العمل مثلا جميع العاملين قائلا «ان بعضكم لم يعد يعمل بجدية» فان من يعتقد ان الرئيس يعنيه شخصيا حتى وان كان عاملا جيدا، والمفروض الا يهتم الانسان بالنقد، او يعتبر نفسه مقصودا به، اذا لم يوجه اليه مباشرة وبكل وضوح.

تصديق «الوكيل الخاص»:

بعض الناس يمكن ان يتصور انه لا يقوم باي خطأ، ما دام لديه «وكيله الشخصي» الذي يعمل على تقديم عبارات الاعجاب له، هذا الوكيل قد يكون اما، او صديقا، او احد المرؤوسين في العمل، وعلى الانسان ان يعرف انه لا يوجد انسان كامل، لان الاحساس بالكمال يقود الى اخطاء كبيرة.

تصديق النقاد:

والمقصود بهم اولئك الناس الذين يصرون على اعتبارك فاشلا، وعلى الانسان ان يفرق بين النقد الذي يساعد والنقد السلبي، عليه ان يهتم بالنقد البناء وان يصم اذنيه عن النقد الهدام.

التطلع الى اعلى:

وهذا التطلع الذي لا يستطيع الانسان ان يصل اليه، يجعله كئيبا، خاصة اذا فشل في الوصول الى المستوى الذي تطلع اليه، وعلى الانسان حين يتطلع ان يضع لنفسه اهدافا واقعية.

المقارنة:

ومنها المقارنة السلبية وذلك بمقارنة ما يملكه الانسان بما يملكه آخرون، يملكون اكثر منه بكثير، فمثل هذه المقارنة تجعل الانسان حزينا ويائسا، وعليه بالتالي ان يركز اهتمامه على الاشياء الجميلة التي يملكها.

التفكير بسوء النتائج

تصور ما يمكن ان يحدث من نتائج سيئة قبل الاقدام على اي عمل، قد يشل الانسان عن الفعل كليا، والتفكير المسبق يشل قدرة الانسان على التفكير الصافي، وعلى الانسان ان يدرس النتائج المحتملة لاي فعل، ثم يقدم عليه بجراة

الاحساس بثقل الواجب:

يجب علي غالبا ما يستخدمها الانسان كامر تجاه نفسه، لا يمكن رفضه، ومن الضروري تغيير لفظ الواجب هذا الى لفظ احتمال بالقول يستحسن ان افعل، بدلا من يجب علي.

نعم اللاكنية:

الناس الذين يقولون (نعم.. ولكن) كل الوقت يحيرون كل الناس، فهم دائما يجدون عنصرا سلبيا يوازي اي عنصر ايجابي، فاللباس عندهم قد يكون جميلا، لكن لونه غير مناسب، ومن المفروض ان يتوقف الانسان بعد ان ينتهي من اعطاء الملاحظة الايجابية، وان ينسى لكن تماما.

ملاحظات علمية

حقائق حول الدرن الرئوي

الدرن الرئوي المعروف شعبيا باسم السل، بدا انتشاره يزداد كوباء وخاصة بين النساء اللواتي تتراوح اعمارهن بين الخامسة والعشرين والرابعة والاربعين، والسل مرض يصيب الانسان بمهاجمة جهاز المناعة فيه من قبل جرثومة سريعة الانتشار، وهو مرض قابل للشفاء، لكن اهمال علاجه يؤدي الى مضاعفات خطيرة، تصل الى الموت.

واهم اعراض المرض هو الام في الصدر، السعال المصحوب بالدم، فقدان الشهية، فقدان الوزن، الحمى.

نظام واضح للكشف عن الاورام

تم تصميم نظام جديد ودقيق للكشف عن الخلايا التي لديها استعداد للتحول الى اورام سرطانية في المبيض لدى النساء، وهو نظام يعمل بالكمبيوتر، ويحلل الخلايا، ويقوم باختيار غير الطبيعي منها، مما هو موجود على الشريحة، ويكبرها فوق شاشة حتى يمكن ان تفحص بدقة عالية.

وفي تجربة اجريت على الجهاز في هولندا، كشف عن عشر حالات لخلايا غير طبيعية، لم يكشف عنها الفحص التقليدي، وهي خلايا كانت في طريق التحول الى السرطان.

هذا الجهاز بدا ينتشر في بلدين، هولنده والولايات المتحدة.

طريقة للتطعيم دون ابرة

استطاع العلماء في اكسفورد ان يطوروا طريقة للتطعيم دون استخدام الابرة، وذلك باستخدام نوع من الحقن، التي يوجد فيها غاز مضغوط «يطلق» علاجا على شكل مسحوق داخل الجلد، حيث يتحرك في تيار الدم، مثل هذا التطعيم سيكون سهلا بالنسبة لمرضى السكر، الذين يحتاجون الى حقن انفسهم بالانسولين يوميا، كما انه يمكن ان يصبح تطعيما دون الم، بالنسبة للاطفال، ويتوقع العلماء ان ينتشر هذا النوع من الحقن خلال الاعوام القليلة القادمة.

التبول اللا ارادي وطرق علاجه

معلومات هامة حول التبول الليلي اللا ارادي وطرق علاجه

ان التبول اللا ارادي (سلس البول الليلي) يصيب ما نسبته ١٠٪ من الاطفال في السابعة من العمر و٥٪ من الاطفال في العاشرة من العمر و١ - ٢٪ من الذين تبلغ اعمارهم ثماني عشرة سنة.

فما هي اسباب التبول اللا ارادي، وما هي احدث الطرق للسيطرة عليه؟

● هل هناك اي سبب يدعو للاعتقاد بان التبول اللا ارادي دليل على مرض خطير؟

- لا ليس عندما يكون التبول اللا ارادي هو العارض الوحيد والطفل عموما يتمتع بصحة جيدة اغلب مرضى التبول اللا ارادي تكون المثانة لديهم ذات حجم طبيعي، لكن يكون مقدار التحكم بعملية تفريغها ضعيفا لدرجة ان الطفل لا يشعر بالحاجة الكافية للاستيقاظ من النوم. ان الاطفال الذين يبداون ببلل فراشهم وانفسهم خلال النهار بعد فترة من عدم معاناتهم من التبول اللا ارادي من المحتمل انهم اصيبوا بالتهاب في الجهاز البولي ولذلك يجب استشارة الطبيب.

هل نومهم عميق بدرجة غير طبيعية؟

لا يوجد دليل قاطع على ذلك ولكن حسب اقوال الاباء فانه من الصعب جدا ايقاظ الطفل عندما يبدو نائما بعمق شديد ومع ذلك فلم يظهر اي اختلاف في درجة عمق النوم بالمقارنة مع الاطفال غير المصابين بالتبول اللا ارادي.

هل وظيفة المثانة لديهم غير طبيعية؟

ان التبول اللا ارادي لم يكن ابدا نتيجة لخلل في وظيفة المثانة.

هل هناك اي سبب نفسي؟

ليس هناك ما يثبت باي حال ان الاطفال المصابين بالتبول اللا ارادي غير طبيعيين نفسيا بل على العكس فقد ظهر ان الاطفال الذين عولجوا من التبول اللا ارادي يتمتعون بثقة اكبر بالنفس، وينجزون بطريقة افضل مما كانوا ينجزون عندما كانوا يبللون فراشهم، وهذا دليل ان التبول اللا ارادي يؤثر على السلوك النفسي وليس العكس.

عندما يعالج الطفل من هذا المرض يزداد ثقته بنفسه ويصبح انجازه افضل

ان التبول اللا ارادي متوارث غالبا والتحكم بالمثانة خاضع لعملية النضج الطبيعية، ان ثلاثة اطفال من بين كل اربعة كان اباؤهم يبللون فراشهم ليلا مصابون بالتبول اللا ارادي وتنخفض هذه النسبة الى النصف اذا كان احد الوالدين مصابا بالتبول اللا ارادي وعادة يتوقف هؤلاء الاطفال عن التبول اللا ارادي عندما يبلغون نفس العمر الذي توقف فيه ذووهم وربما قبل ذلك العمر.

ما هي الايضاحات الاخرى التي قد تكون هامة؟

ينتج الجسم خلال الليل كمية اكبر من الهرمونات التي تساعد على تقليل انتاج البول وزيادة تركيزه صباحا، وعند بعض الاطفال المصابين بالتبول اللا ارادي تكون كمية الهرمونات المنتجة اقل من المقدار الكافي، وهذا يعني ان هؤلاء الاطفال ينتجون خلال الليل كميات كبيرة من البول، وكمية البول المنتجة هذه تفوق قدرة المثانة على الاحتفاظ بها ولذلك يبلل الطفل فراشه.

كيف يمكن معالجة التبول اللا ارادي؟

يجب اولا التاكد من عدم اصابة الطفل بالتهاب في الجهاز البولي وخصوصا اذا كان الطفل لم يعان سابقا من التبول اللا ارادي كما يرى الطبيب ايضا اذا كان هناك اي مرض اخر، وعند استبعاد ذلك تبدا عملية العلاج وخاصة لدى الاطفال الذين تزيد اعمارهم على ٥ سنوات ويبللون فراشهم بمعدل ليلتين واكثر في الاسبوع.

قبل بداية عملية العلاج حاول ان تعلم الطفل بان يفرغ مثانته بصورة تامة قدر الامكان قبل ذهابه الى النوم، ان الاطفال الذين ينتجون كمية كبيرة من البول خلال النوم يكون مستوى الهرمونات التي تعمل على تقليل انتاج البول لديهم غير كاف وهذا الهرمون يمكن ان يعطى بشكل دواء قبل الذهاب الى النوم.

ان دواء منيرين له نفس تاثير الهرمونات على تنظيم انتاج البول ويؤدي الى تقليل كمية البول خلال الليل، دواء منيرين يمكن ان يؤخذ بصورة رذاذ، واستشارة الطبيب مطلوبة وهذا العلاج للاطفال الذين تبلغ اعمارهم ست سنوات او اكثر.

ان التبول اللاارادي مشكلة شائعة حتى لدى الاطفال في المدرسة ويمكن ان تكون سارية ايضا في العائلة.

وفي حالات كثيرة فان استخدام علاج منيرين يمكن ان يكون ذا قيمة، اتصل بطبيبك لمناقشة الاسلوب الامثل لعلاج طفلك وبامكانه ان يقرر بعد اجراء فحوصات بسيطة اذا كانت هناك حاجة لتحويل طفلك الى اخصائي الاطفال.

واخيرا...

تذكر ان لا تعاقب او تعنف طفلك ابدا اذا بلل فراشه لان بلل الفراش له مسببات كثيرة لا قدرة للطفل على التحكم بها، بل كافئه اذا كان فراشه جافا في الصباح، وبهذا تستطيع ان تساعده على تقوية ثقته بنفسه، ووضع الاساس المطلوب للمعالجة الناجحة.

بعد ان اعترف بذنبه وحير المحكمة

لان السجين اكبر من ان يتسع له السجن لم يستطع القضاء ان يوصله...



● سانتياغو غارسيا اكبر من السجن

استطاع السجين سانتياغو غارسيا ان يقفز فوق كل موازين العدالة، بسبب وزنه الذي يزيد عن ٩٠٠ باوند (حوالي ٤٠٠ كغم) فقد شكل جبلا من المشكلات لمسؤولي السجن الذي اودع فيه لدرجة ان قاضية امرت بالافراج عنه، وكان على القاضية ان تذهب الى السجن لتوقع اوراق الاخراج، لان السجين الذي يبلغ مقاس خصره ١١٠ بوصات لا يجد من يستطيع توصيله الى السجن.

وكان السجين العملاق قد كسر حمالة ضخمة عندما حاولوا نقله بواسطتها الى عربة السجن من اجل توصيله الى المحكمة، وبذلك تحول الى كابوس كما يقول مساعد المدعي العام رتشارد سميث.

وقد اودع غارسيا في سجن هاريس في هيوستن بتكساس وهو ينتظر المحاكمة بتهمة بيع بطاقات هجرة مزيفة، لكنه كان اكبر من حجم السجن الكبير، ولان اية زنزانة لا يمكن ان تتسع له فقد وضعه مسؤولو السجن في الوحدة الصحية التي يفترض ان تعالج الناس لا ان تسجنهم، ولم يكن بامكان العاملين في السجن ان يضعوه في الدوش، ولم يجدوا له ملابس تناسبه، ولذلك البسوه سروالا ضخما صنع من بطانيات السجن.

وبالطبع، كان غارسيا يشكو دائما من الجوع، لان ثلاث وجبات من الطعام في السجن لم تكن تكفيه، لانه يتناول في العادة خمس وجبات تضم ٣٢ اونسة من الستيك، ونصف غالون من الايس كريم، ووعاء ضخما من الكعك، وقطعة كبيرة من البيتزا، اضافة الى البطاطا ولحم الخنزير والفاصوليا والزبدة بكميات كبيرة.

ويستطيع غارسيا (٣٠ سنة) ان يتعايش مع وزنه، في الخارج بعون من اهله، وهو لا يستطيع ان يسير طويلا، لكنه اخته تضعه في مؤخرة الشاحنة التي تملكها العائلة، وتتجول به كما ان والدته تصنع له الملابس.

في السجن، كانت للعملاق الذي يبلغ طوله ستة اقدام وبوصة واحدة قصة اخرى، ففي احدى الليالي سقط عن السرير المزدوج الذي يستخدمه في الوحدة الصحية، وقد حاول الحراس ان يعيدوه اليه، ولم يستطيعوا ولذلك القوا عليه غطاء وتركوه ينام على الارض تلك الليلة وفي الصباح جاء ثمانية حراس واعادوه الى السرير وبعد ذلك شكوا جميعا من الام في الظهر.

وقد طلب مسؤولو السجن من المحكمة ان تفرج عن غارسيا لانه ... يحتفظوا به ... القاضية ... بزيارة السجن ... اوراق الافراج ... يبقى في منزل ... بيتاون بتكساس ... المحاكمة.

وكان غارسيا ... يعترف بذنبه ... الى المحكمة ... شقيقته، ... لين هافز بالحكم ... ان يوصل الى ... الدور الحادي عشر ... بواسطة ... مصعد ... دخوله من ... المحاكمة سقط ... هيئة المحلفين ... فريق من ... ان يساعدوه، ... القاضية ان ... سجن غارسيا ... بمراقبة حسن سلوك ... عام.

اللصوص الظرفاء

في المواقف الطريفة

المواقف الطريفة للصوص الاغبياء او السكارى كانت اساسا لكتاب رولاند سويت الجديد (القانون والخروج عليه. اخبار غريبة عن الجريمة والعقاب) وفيما يلي بعض هذه الاخبار الغريبة.

● شرب ستيف ليتل كثيرا من البيرة قبل ان يجد في نفسه الجراة لاقتحام احد المخازن في لونغ مونت بكولورادو، وكان يحاول ان يفتح الباب الامامي بقضيب من الحديد عندما شاهد اناسا في الداخل يحدقون به، فعرف وقتها ان المخزن كان مايزال مفتوحا.

● اعترف مارك مايكنا (٢١ سنة) في محكمة في لندن بانه حاول ان يسطو على دكان بان يضع اصابعه تحت كنزته، حتى يظهر وكانه يحمل مسدسا وقد تم القبض عليه عندما قدم له (الكاشير) مبلغ ٣٢٥ جنيها فمد ماكينا دون ان يدري يده المختبئة تحت الكنزة ليتناول النقود.

● في لونغ بيتش بكاليفورنيا ابلغت زوجة الشرطي داني هولاند عن فقدان حلق ثمنه ٢٠٠ دولار من داخل منزلها، وقالت انها تشك في امراة كانت تساعدها في التنظيف.

وعندما استدعى هولاند المراة الى المخفر وصلت اليه وهي ترتدي الحلق ذاته، وعلق الضابط ارث روبرتس على الامر بقوله كانت تلك حركة اخرى ذكية منها.

● اعتقل رجال البوليس في موريل بفرنسا لصا كان متعودا على تناول الطعام في مطابخ البيوت التي يسطو عليها، وقد تعرفوا عليه من خلال تسجيلات اطقم الاسنان بعد ان نسي اسنانه الصناعية في احد هذه البيوت.

● في سجن (بوسطن دير ايلاند) طلب احد السجناء بعد ان تسلق الى السطح طلبا واحدا من المسؤولين الذين كانوا يحاولون اقناعه بالنزول، وهو ان يعددوا اسماء الاطفال في مسلسل (ذا برادي بانش) وقال مدير السجن: بالرغم من ان احدا لم يستطع المجيء بالاجابة (وهي: مارسيا، غريغ جان، بيتر، سندي، بوبي) الا ان السجين نزل عن السطح بعد خمس ساعات حين احس بتعب الانتظار.

● اعتقل رجال البوليس في غرينسبيرغ بالاباما الشاب ادم والتون (١٨ سنة) في مخالفة مرور، فوجدوا في سيارته ما قيمته ١٥٠٠ دولار من الادوات الكهربائية المسروقة، كما وجدوا داخل السيارة شريط فيديو سجله لنفسه يشرح فيه كيف هدم جدارا من اجل الدخول الى مخزن وسرقة الادوات التي استخدمها في تسجيل الشريط.

ونفى والتون ان يكون التسجيل مرتبطا بالسرقة التي وجدوها لديه، حتى بعد ان اكتشفوا انه حرك جدارا من الخشب للدخول الى المخزن.

القلوب

الرحيمة

تتبرع

باجازاتها

بسبب الحب الذي يكنه زملاء العمل لزميلتهم المريضة بريندا اوستن تنادوا الى جمع التبرعات، من اجل مساعدتها ونجحوا في ذلك، اذ بلغ مجموع تبرعاتهم ٥٠٠ ساعة اجازة مرضية، سوف تتمكن بريندا من دفعها وهي تمر بفترة النقاهة بعد عملية جراحية اجريت لها في القلب.

وقد حدثت الازمة للسكرتيرة الطبية (٤٢ سنة) بعد فترة طويلة من المرض بدات مع بداية العام الماضي، بولاية اوهيو، ولان بريندا ام وحيدة لتوامين فقد استخدمت كل الاجازات المرضية المدفوعة التي يسمح لها بها، وعندما اجريت لها العملية، في يونيو (حزيران) الماضي كانت بحاجة الى ثلاثة شهور من اجل النقاهة.

وفي مستشفى الجامعة حيث تعمل يقبض الموظفون بدلا ماديا للاجازات المرضية التي لا يقومون بها مما هو مخصص لهم خلال العام، كما يسمح لهم بتقديم هذه الاجازات لرفاقهم في العمل.

وقد تنادى العشرات من زملاء بريندا وتبرعوا لها بكل ما تحتاج اليه من وقت حتى تشفى تماما.

وقد اثر هذا التبرع في بريندا التي قالت معلقة على ذلك: لقد تاكد لي ان محظوظة جدا بمثل هؤلاء الزملاء.

تقوم في هاواي وتطل على المحيط الهادي

اغنى مدرسة في العالم كله تعلم طلابها اغرب ...



● موقع رائع لمدرسة رائعة

الطلاب الذين يقبلون فيها يجب ان يكونوا موهوبين والذين يتخرجون منها يتجهون الى افضل جامعات امريكا

اغنى مدرسة في امريكا لا توجد في مناطق اميركا التي تشتهر بالجامعات الراقية، ولكنها مدرسة في هاواي.

تصل ثروتها الى ستة مليارات من الدولارات وهذا الرصيد الذي تملكه مدرسة كاميها ميها يزيد عن رصيد جامعة هارفارد (٥,٧ بليون) وهم يستخدمونه ليعلموا الطلاب كيف يغوصون من فوق الصخور، ويعزفون الموسيقى في الات نفخ مصنوعة من البامبو، بواسطة انوفهم، وكيف يقذفون بالحراب على اشجار الموز، بالاضافة الى الرقص المحلي، والغناء والمصارعة وكل النشاطات المرتبطة بالتراث في هاواي.

وهذه المدرسة الفريدة والخاصة لا تقبل الا الطلبة الذين تنحدر اصولهم من هاواي ذاتها، ويقول كيوكا بولس: نحن فخورون جدا بمدرستنا، ونعتقد اننا فريدون في العالم كله.

والمدرسة الثرية تقع في جزيرة اوهو، وهي اكبر مالكة للاراضي في هاواي اذ تملك (٣٣٧٢٥١) فدانا من الارض الثمينة في الجزيرة الذهبية، التي ارتفعت اسعار الاراضي فيها اضعافا مضاعفة خلال المئة عام الاخيرة، وكانت المدرسة التي تضم صفوفا من رياض الاطفال حتى الثاني عشر قد احسنت الاستثمار حين اشترت (٣٠٠ الف فدان) في ميشيغن واربعة الاف شقة في لاس فيغاس وسوقين ضخمين في ويسكونسين.

ومن الامور التي توفرها المدرسة للثلاثة الاف طالب يلتحقون بها:

- ستوديو تليفزيون مجهز وستوديو تصوير فوتوغرافي كامل، وستوديو للرقص، وصالة غير منفذة للصوت للتوزيع الموسيقي.

- ثمانية ملايين دولار يتم تخصيصها للبعثات التي تقررها المدرسة للطلبة الذين يتخرجون منها.

- موقع مساحته ٦٠٠ ... يطل على الباسيفيك ... بركة سباحة ... واربعة ملاعب ... ملاعب تنس وجمنازيوم ...

- باصات لنقل الطلاب ... فصل الى اخر.

وهذه المدرسة ... تاسيسها باموال اوصت ... اميرة من هاواي ... الي باواهي التي ... عام ١٨٨٤ وكانت اخر ... العائلة المالكة في ... وتركت جميع ... لصالح انشاء ... الخاصة بالصبيان و... كما يقول بولسن ولا تقبل المدرسة ... المتميزين من ... اليها، والموهوبين ... واضح وتسعون ... خريجيها يتجهون الى ... الجامعات في اميركا ... هارفارد الى برينستون ... ويؤكد بولسن على ... المدرسة حين يقول لا ... مدرسة اخرى تفعل ... نفعله.

الالعاب الشريرة في عالم التزلج على الجليد قديمة قدم اللعبة ذاتها

الاعتداء الذي حدث على بطلة التزلج على الجليد، الاميركية نانسي كيريغان، من قبل جيف غيلولي، الزوج السابق لزميلتها توينايا ردنغ، هز الاوساط الرياضية في العالم، منذ السادس من شهر كانون الثاني (يناير) هذا العام وما زال حديث هذه الاوساط، اضافة الى المضاعفات التي لحقت به من ناحية، ووصول القضية الى العدالة للفصل فيها، بعد الشكوى التي قدمتها البطلة الاولمبية ضد المعتدين، وبعد اعتراف زميلتها تونيا بما تعرفه عن تخطيط زوجها السابق، ومشاركته في الاعتداء على نانسي، وما تبع ذلك من تهديدات المعتدي لزوجته السابقة بالقتل.

وهذا الاعتداء ليس الاول من نوعه بين الاعمال الشريرة التي يتم ارتكابها ضد المتنافسين في رياضة التزلج على الجليد، فمثل هذه الاعمال مستمرة منذ بضعة عقود وفيما يلي بعض منها

● المتزلجة الاسطورية دوروثي هاميل كادت تداس وتقتل من قبل سيارة تخص متزلجة منافسة خلال الالعاب الاولمبية الشتوية التي اقيمت في اينسبروك بالنمسا عام ١٩٧٦ لكن مدربها استطاع ان يدفعها بعيدا عن النقطة في اللحظة المناسبة، وقالت دوروثي لقد مرت السيارة بسرعة من البقعة التي كنت اقف فيها قبل لحظة وضحك السائق بصوت عال، واستمر في طريقه

وقد رفضت دوروثي ان تسمي من وقفت وراء محاولة الاعتداء ورغم الصدمة التي اصابتها شاركت في المسابقة وحصلت على الميدالية الذهبية.

● بعد ان اقتربت كاترينا ويت من الفوز في الالعاب الاولمبية ١٩٨٨ تلقت صندوقا من الحلوى مباشرة قبل المشاركة في مباراة فاصلة ولان كاترينا شكت في ان منافسة حسودة هي التي ارسلت الحلوى اعطتها لمن حولها ولم تقترب منها بعد ذلك اصيب كل من تناول منها شيئا بمرض شديد.

● قبل ان يتجه الى ميدان التزلج عام ١٩٨٩ في الدورة الخاصة ببطولة الولايات المتحدة الاميركية اكتشف كريستوفر بومان ان مخربا قد اتلف شفرات حذاء التزلج الخاص به، وقال احد اصدقائه انه لو لم يكتشف هذه العملية الحقيرة في الوقت المناسب لانحرف عن مساره وكسر عنقه.

وقد حصل بومان على المركز الاول في هذه البطولة.

● خلال بطولة العالم في التزلج التي اقيمت في ستوكهولم عام ١٩٢٦ حاول احد المخربين ان يعطل قدرات البطلة الاولمبية هيرما فون زابور - بلاتك وذلك بشق حذاءيها حتى ينفتح رباطاهما خلال التزلج

ويتذكر فريتزي بيرغر (٨٣ سنة) الذي كان واحدا من اشهر المتزلجين في ذلك الوقت هذه الحادثة ويقول. لو انفتح الرباطان وهي في ميدان التزلج لتسبب في كسر ساقيها اذا لم يفعل ما هو اكثر.



● تونيا هاردنغ وزوجها السابق جيف



● نانسي كيريغان

اطول قصة حب في هذا العصر يستعيد طرفاها تفاصيلها الحميمة

قال الجميع انهما طفلان صغيران على الزواج لكن التجربة المديدة اكدت خطأ الجميع

كان غضب والدي دوروثي بويرز شديدا عندما علما ان ابنتهما البالغة من العمر ١٥ سنة تزوجت من بوب بايلي ٢٠ سنة لدرجة انهما حجزاها داخل المنزل ليمنعاها من الالتقاء بزوجها الجديد

لكن بوب المحطم القلب استطاع ان يسجل جراته في الصفحات الاولى حينما انقذ عروسه من منزل والديها في سياتل بولاية واشنطن في شهر شباط / فبراير لكن قبل ٦٥ سنة. وما زال الزوجان معا حتى الان وما زالا في حالة حب. وتقول دوروثي ٨٠ سنة كل شخص قال اننا مجرد طفلين مجنونين. ولكني اعتقد اننا بعد ٦٥ سنة وخمسة ابناء و١٤ حفيدا و٣٥ حفيدا للابناء و٥ احفاد للاحفاد، مع اخر على الطريق اثبتنا انهم جميعا كانوا على خطا.

وقد بدات قصة الحب عندما راى بوب (الذي كان جميلا ويعمل كاتبا في سيرز) فتاة احلامه اليافعة الجميلة دوروثي بويرز مع احد اعز اصدقائه فقال له: سوف تكون زوجتي.

واخذ بوب ودوروثي يلتقيان، وبعد ثمانية شهور سال العاشق المندفع صديقته ان تتزوجه. فوافقت سعيدة لكن والديها قالا لا كبيرة، وغضبا، وقالا ان مثل هذا الزواج لا ينجح، لانهما ما زالا صغيرين، وقالت دوروثي: ولكني كنت اعرف ان هذا ما اريده، لقد احتضنني بوب فشعرت بما لم اشعر به من قبل: الحب والعاطفة، وكنت اعرف انه سيظل حب حياتي.

وقد هرب العاشقان وتزوجا في ٢٧ تشرين الثاني / نوفمبر ١٩٢٨.

وتتذكر دوروثي: قلت انني في الثامنة عشرة وتزوجنا في كنيسة خارج المدينة وكان شقيق بوب وزوجته شاهدي زواجنا.

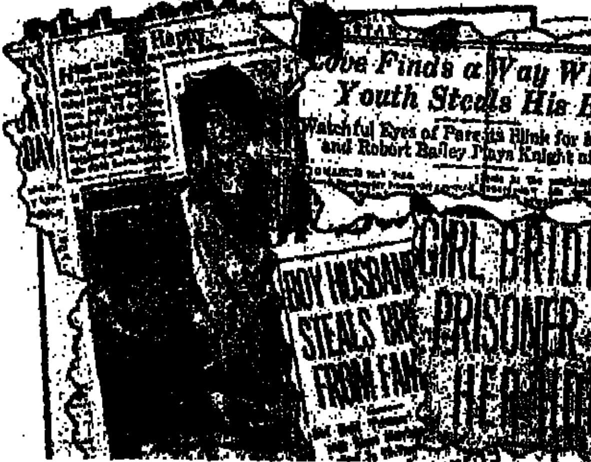
لكنهما مع الاسف لم يستهلا شهر العسل تلك الليلة فعندما عاد العاشقان الصغيران الى منزل دوروثي، وحملا الاخبار الى والديها انفجرت المشكلة الكبرى فاقسمت والدتها الا تسمح لها بمغادرة المنزل لكن بوب ٨٥ سنة لم يخضع فكلف محاميا بمتابعة قضيته امام المحكمة واحتلت القضية الصفحات الاولى في صحف سياتل لمدة ثلاثة اشهر. فتاة عروس تحجز سجينة في منزلها.

وبالرغم من الاعلام السيء لم يتنازل والدها بل بالعكس حاربا بقوة اكبر وذهبا الى المحكمة وحاولا ابطال الزواج وتقول دوروثي: كان ذلك مريعا قالا انني كنت مصابة بانهيار عصبي حاولا كل طريقة لابقى بعيدة عن بوب.

ولان عمر دوروثي كان اكثر من ١٢ سنة (الذي يعتبر سن الوعي) رفض القاضي الغاء الزواج، وسال الشابين ان كانا يرغبان في الطلاق، فنفيا ذلك، وقالا انهما في حالة حب فقال. ان افضل ما تفعلانه هو ان تستمرا في زواجكما، فبدا وكانه كان يشير عليهما ان يهربا. ولذلك تبعا وصية القاضي، وكانت اول فرصة اتيحت لهما في عيد الحب (يوم فالنتين ١٤ شباط - فبراير) عندما خرج والداها وتركاها في المنزل فاتصل احد الجيران ببوب الذي جاء مسرعا وقال: احملي بعض الملابس ودعينا نهرب، وهذا ما حدث وكتبت احدى الصحف تقول: الزوج الصبي يسرق عروسه الطفل من عائلتها، ومكث الزوجان عند بعض الاقارب حتى وجدا لهما مكانا خاصا وبعد عام واحد انجبت دوروثي طفلها الاول، فتصالح الزوجان مع والديها ومع نهاية السنة الثانية كانت والدة دوروثي تسمي بوب نسيبها المفضل وعاش الجميع في سعادة بعد ذلك، ويعلق بوب بسعادة: اعتقد انها اعظم قصة حب على الاطلاق، لكني جزء منها فهي القصة التي جعلناها بانفسنا تحدث.



● دوروثي وبوب بعد ٦٥ عاما من الزواج وستين شخصا من نسلهما



● من اقوال الصحف حينئذ

قالوها ضحكاً

● فكر مرتين قبل ان تتكلم، ثم قل ما تشاء لكن لنفسك - البرت هوبارد.

● الناس الذين يتمتعون بالصبر يحسنون التصرف مع الناس الذين يخضعون في النهاية - سيدني غوف.

● افضل الطرق لابعاد المراهقين عن الماء الساخن، وضع بعض الاطباق المتسخة فيه - ماربيت كوبر.

● الشهرة جعلتني قادرة على ان اعذب رجالا من الطبقة العالية لم اكن استطيع تعذيبهم دونها - شارون ستون.

● يركض الاغبياء الى الاماكن التي ترفض الملائكة ان تكون فيها - سي ريشين

● فرحة واحدة تبطل مئة حزن - مثل صيني

● اهم شيء في مجمل ايام حياتك هو ان تسال نفسك هل انت تبني منها شيئا، ام تركتها في زاوية - مجلة اميركية.

● اهم شيء بعد اقتناصك للفرصة، ان تعرف متى تكسب منها - بنجامين دزرائيلي.

ابتسامة

وضوح

الام: لقد فهمت الان، لم تعد فتاتك تعجبك، بعد ان اضطرت الى ارتداء النظارات.

الولد: ليس بهذه الدقة، فهي التي قررت ان تتركني بعد ارتدائها للنظارات!



● د. ناصر الدين الاسد ● د. بسام الساكت ● د. علي الحوامدة ● محمد سالم الشوابكة ● عبدالرحمن الاهدل

● شوكت علي مقدم سكرتير اول في سفارة جمهورية باكستان الاسلامية والسيدة عقيلته اقاما مؤخرا حفل افطار في منزلهما لعدد من الاصدقاء ليعيشوا في جو باكستاني رائع من حيث الاطباق الباكستانية اللذيذة وطريقة تقديمها على الانغام الباكستانية.

● يوسف صلاح البشتاوي فاز برئاسة جمعية وقاص الخيرية في حين كانت عضوية الهيئة الادارية من نصيب كل من احمد محمود سعيفان نائبا للرئيس ومحمد احمد المطلق امينا للسر ونزار مصطفى امينا للصندوق وهاني سعد البشتاوي ومحمد علي المستريحي ونمر فايز ابو محفوظ اعضاء.

● محمد سالم الشوابكة امين عام ديوان الخدمة المدنية يعود الى عمان خلال الايام القليلة القادمة بعد ان شارك في ندوة الادارة العامة التي عقدت في عاصمة الضباب، وهي المرة الاولى التي يزور فيها دولة اجنبية منذ توليه هذا المنصب.

● الدكتور ناصر الدين الاسد رئيس المجمع الملكي لبحوث الحضارة «آل البيت» وكعادته في كل رمضان على مدار السنوات الماضية ومنذ تاسيس المجمع، التقى مع كافة موظفي وموظفات المجمع ليس في مكاتبهم ولكن على مائدة الافطار... في الحفل الذي اقامه الدكتور الاسد في فندق الريجنسي وحضره عدد من اعضاء مجلس امناء المجمع.

● عبدالرحمن الاهدل المستشار الثقافي اليمني السابق في عمان قرر تمديد اجازته التي يقضيها بين الاصدقاء في عمان حتى نهاية عيد الفطر السعيد..

ابو احمد يقول: ان السنوات الطويلة الماضية التي قضاها في الاردن تجعله يشد اليها وكانه احد ابنائها.

● تم في بلدة سوف بلواء جرش مؤخرا انتخاب الشيخ احمد علي الفياض مختارا في البلدة وصدر بذلك قرار من متصرفية اللواء.

● احمد عبدالله الظاهر نجل القاضي عبدالله الظاهر حصل على درجة البكالوريوس في الاقتصاد من جامعة اليرموك. مبروك.

● د. غسان رياض المفلح الامين العام لوزارة السياحة يبدأ بعد عطلة عيد الفطر السعيد جولة واسعة على الاماكن السياحية والاثرية في المملكة لاتخاذ اجراءات عاجلة من شانها تقديم المزيد من الخدمات للسياح.

● صفوان البطاينة المستشار الاقتصادي في رئاسة الوزراء كان العضو الاردني الوحيد في فريق الخبراء المشكل من البنك الدولي لاعداد تقرير عن الاوضاع الاقتصادية في الاردن. مساهمة المستشار الاقتصادي انصبت في مجال الاسواق المالية والنقدية واداء المؤسسات العامة وملكيات الحكومة في الشركات المساهمة العامة.

السيد البطاينة قام بالعديد من الدراسات في اطار برامج الاصلاح الاقتصادي خاصة في اطار اعداد الخطة الخمسية الحالية.

● د. بسام الساكت وزير الصناعة والتجارة السابق بدأ يراجع مكتبته حاليا لاصدار كتاب مرجعي بعنوان «القرار الاقتصادي الاردني» يتناول الاوضاع الاقتصادية وخطط التنمية من السبعينات حتى الان، ودور سمو الامير الحسن ولي العهد في القرار الاقتصادي.

● عبدالله آل عيون المحافظ الاسبق في وزارة الداخلية يضطر للعودة الى العمل بعد ساعة الافطار بعد ان افتتح مكتبا للمحاماة.

ابو عماد يؤكد ان العمل في القطاع الخاص لا يقل متعة وخدمة للوطن والمواطن عن العمل في القطاع العام.

● د. علي الحوامدة مدير عام المستشفى الاسلامي وعضو مجلس النواب السابق يقيم مساء اليوم السبت مادبة افطار على شرف سمو الامير رعد بن زيد كبير الامناء يحضرها العديد من اطباء العيون في العاصمة واعضاء بنك العيون الاردني.



● د. غسان المفلح ● احمد علي الفياض ● عبدالله آل عيون ● يوسف البشتاوي ● علي مقدم

هل تكتم السر

● اتصالات تجري بين عدد من رؤساء واعضاء الكتل البرلمانية لمنع احد الاعضاء من حضور الجلسات لمدة ثلاثة اشهر عقوبة له: اولها على الاساءة الى سمعة المجلس وشتم اعضائه.

***

● موضوع التعديل الوزاري عاد الى السطح من جديد، والذي يقال هو ان التعديل يشمل حتى الان خمسة وزراء.

***

● وزير الدولة للشؤون الخارجية بعث الى احد سفرائنا بتعليمات بان يتوقف عن التصريحات الصحفية.. بعد ان لمس الجميع نشاطه.

***

● مشروع مصاهرة بين الحكومة والنواب سيتم بعد العيد.. ولمزيد من التفاصيل نقول ان المصاهرة ستتم بين ابن احد النواب.. وابنة احد الوزراء.. والتمام على خير!!

اكثر من ٤٠ قضية على الصحفيين

ابتداء، التقاضي حق للجميع، ومثول الصحفي او اي شخص امام القضاء ليس عقوبة لكن حتى في زمن الاحكام العرفية لم تكن ٤٠ قضية مرفوعة على الصحفيين، اكثر هذه القضايا رفعتها دائرة المطبوعات والنشر، ٢٥ منها على صحيفة اسبوعية. الشهر المقبل ستناقش لجنة من الامم المتحدة تقريرا حول الحريات في الاردن، وهذه القضية معروضة امامهم.

مش معقول!!

● ان يتم مخالفة سائق سيرفيس ٣٨ مرة خلال اقل من ٣ اشهر وكل مخالفة ١٠ دنانير. السائق المذكور يعمل على خط جسر المربط مرورا بالنزهة.

يا شرطة السير انتم لستم جباة.. ودعاء المظلوم قريب الى السماء.



اين التقاطع الخطر يا امانة عمان؟!

صورة من الزميل جورج كازيان

الرعيل الاول
علي خريس

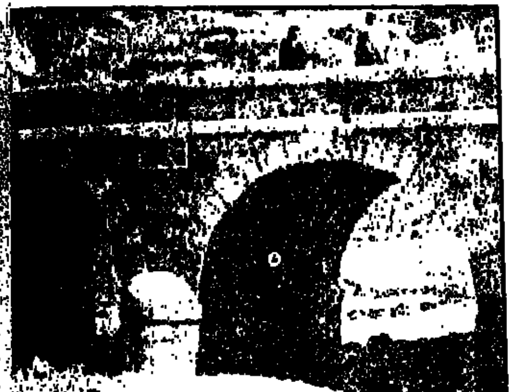


ولد المرحوم علي عناد خريس في اربد عام ١٩٢٥ درس في مدارسها واكمل الثانوية في مدرسة السلط الثانوية ثم درس العلوم السياسية في الجامعة الاميركية في بيروت.

بدا حياته العملية عام ١٩٤٧ معلما في الكرك والسلط لتدريس اللغة الانجليزية.

عمل في العديد من المناصب بينها وكيل وزارة الشؤون الاجتماعية والعمل، ووزيرا للشؤون الاجتماعية وسفيرا للمملكة في السودان، ودولة الامارات العربية وسوريا، ثم عين رئيسا لديوان الموظفين (ديوان الخدمة المدنية). للمرحوم السيد ... الكتابات ... الشؤون ... والقومية والاجتماعية ... انتقل الى رحمته تعالى ... شباط عام ١٩٨٩.

صورة عمرها ٨٥ عاما



كان هذا الجسر يقوم فوق نهر عمان في موضع مبنى امانة العاصمة القديم، وهو ... منشآت العثمانية ١٩٠٩م.

اصابة سيدة عجوز بالايدز!!

مواطنة اردنية تبلغ من العمر ستين عاما اصيبت بمرض فقدان المناعة وهي تعالج حاليا في احد المستشفيات.

السيدة العجوز تجرى لها فحوصات دقيقة لكن نتائج هذه الفحوصات تقول ان جهاز المناعة لم ... صالح، وان السبب يعود الى سوء تناول المضادات الحيوية او ان طبيب الاسنان استعمل مواد غير معقمة!!

فلاش

● الى امانة عمان الكبرى:

انجزتم الاشارات الضوئية في دوار الواحة بسرعة فائقة لكنكم لم تكونوا موفقين في ... الزمنية لهذه الاشارات في بعض الاتجاهات.

● الى بلدية العقبة:

لم نسمع عن نشاطاتكم منذ سنوات.. نرجو ان يكون المانع خيرا!!

● الى شركات المصاعد:

بعض العاملين لديكم يقومون بتعطيل بعض المصاعد الكهربائية عن سابق اصرار، بهدف تجديد عقود الصيانة!!

● الى وزارة الزراعة:

لو كنت مكان رئيس الوزراء لامرت بنقل ... الوزارة الى الاغوار.. فلعلهم يعيشون ... مزارعينا هناك ومشاكلهم.

● الى وزارة النقل:

كثرت في الاونة الاخيرة التصرفات غير المسؤولة من ... (كونترولات) باصات القطاع الخاص في العاصمة ... المدن القريبة والبعيدة عن العاصمة ايضا لذا ... نقترح عقد دورة متخصصة في الاخلاق والسلوكيات ... يعمل في هذه المهنة التي تحتك بالجمهور.

من الالبوم



● صورة لجلالة الملك الحسين قبل ٢٩ عاما وتبدو فيها مخططات مدينة الحسين للشباب يعرضها المهندس احمد فوزي وكيل وزارة الاشغال العامة على جلالته في الديوان الملكي الهاشمي بحضور عدد من المهندسين من الشركة الاستشارية الاجنبية.

ربع مليون مريض راجعوا مستشفى الجامعة العام الماضي
اكثرهم لعيادة الطوارىء والباطنية...

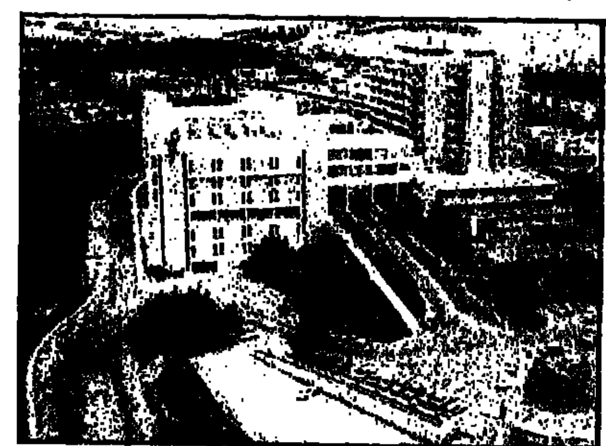
عدد المرضى المراجعين لمستشفى الجامعة الاردنية خلال العام الماضي بلغ نحو ربع مليون مريض، بينهم ١٢٠ الف مريض يراجعون المستشفى لاول مرة، ومن هؤلاء نحو ٩٧ الف في الفترة الصباحية و٢٣ الف في الفترة المسائية. اكثر المراجعين كان لعيادة الطوارىء ٥٥ الف مراجع، ثم لعيادة الباطنية حيث بلغ نحو ٣٤ الف مراجع، يليها عيادة النساء حيث بلغ عدد المراجعات نحو ٢٢ الف مراجعة تليها عيادة الاطفال نحو ١٦ الف مراجع.

اقل عدد من المراجعين كان لعيادة الطب النفسي السريري حيث تم تسجيل ١٢ حالة فقط اي بمعدل حالة واحدة في الشهر تليها عيادة الالم المزمن ١٨٥ مراجعا اما الذين راجعوا عيادة الطب الشرعي فقد بلغ ٥٢٢ حالة بالطبع معظمها حالات جديدة.

الذين راجعوا عيادة الطوارىء جميعهم يراجعون العيادة لاول مرة، وعددهم بالتمام والكمال ٥٥ الف و٣١٧ حالة.

اعلى نسبة للمراجعين في مستشفى الجامعة الاردنية كانت في شهر تموز والسبب هو وجود زوار الصيف واقلها في شباط.

عدد الذين اصيبوا بالتسمم بالادوية والعقاقير خلال عام بلغ ١٠٦ اشخاص بينهم ٤٩ شخصا تسمموا بالادوية والعقاقير و٥٣ شخصا تسمموا نتيجة تناول البترول ومشتقاته واربعة اشخاص نتيجة التسمم الغذائي. اكثر الحالات كانت في شهر تموز واقلها في شهر تشرين الثاني.



● مستشفى الجامعة

وداعا رمضان

يوم الجمعة القادم سيكون ٢٩ رمضان المبارك وهي «الجمعة اليتيمة» حيث من المنتظر ان تشهد جميع مساجد المملكة ازدحاما لم تشهده من قبل.

الذين يتسوقون من وسط العاصمة ننصحهم بان يبتعدوا عن المسجد الحسيني لان جميع الشوارع اليه ستكون مغلقة بسبب استعمالها من قبل المصلين.

● المسجد الحسيني في الجمعة اليتيمة العام الماضي

ام خالد تحول التراب الى ذهب اخضر!!



لم تكن ام خالد تحلم باكثر من تامين دخل لاسرتها يكفيها الحاجة ويغنيها عن الاقتراض، فقد كانت اسرة السيدة حفايظ عبيدات (ام خالد) تعيش حياتها يوما بيوم يحكمها التقتير في النفقات بما يتناسب مع دخل الاسرة، هكذا كان الوضع قبل ان تصل مؤسسة نور الحسين بمشاريعها التنموية المنتدة عبر مناطق المملكة الى منطقة بني كنانة في عام ١٩٨٩.

وتقول السيدة ام خالد: اننا لم نكن نصدق ان الارض تدر ذهبا لمن يحسن استغلالها ولم نكن نصدق ان دونما واحدا يعطي ثروة بحالها وبدانا بالزراعة بالتعاون مع مؤسسة نور الحسين حين زرعنا ١٧٠٠ شتلة زعتر حول منزلنا بمساحة لا تزيد عن دونم وكنا نبعث بما نقطف الى مركز التجفيف الذي اقامته المؤسسة في حبراص، ونجحت في هذا المشروع بمساعدة المهندسين الزراعيين الذين وفرتهم المؤسسة ايضا وقد اصبحت صاحبة خبرة في هذا المجال اذ بعت ما يزيد على ١٦٠ الف شتلة وزودت مشاتل مديرية الزراعة في لواء بني كنانة حيث وصلت قيمة مبيعاتي من الاشتال الى ١٦٥٠٠ دينار.

بوابة المعرفة
تريبتيك

اصطلاح يستخدم في النظم الجمركية، يقصد به شهادة او دفتر مرور لسيارة خاصة او طائرة خاصة تمنحها هيئة دولية معتمدة كنادي السيارات او نادي الطيران، حتى يسمح لها بدخول دولة اجنبية وتقدم هذه الشهادة الى الهيئة الجمركية عند دخول السيارات او الطائرات الحدود لاعفائها من الرسوم والعوائد ما دام صاحب السيارة او الطائرة الخاصة لا يقصد الاقامة وتصدر شهادات التريبتيك عادة لمدة سنة.

اشعة

اريد علاجا!!

ام علي سيدة تبلغ من العمر خمسة واربعين عاما.. تموت كل يوم موتا بطيئا.. فهي لا تستطيع ان توفر ثمن العلاج او العملية الجراحية التي يجب ان تجريها للقلب، وهي لا تعرف كيف السبيل للوصول الى مسؤول كبير ينقذها.. وينقذ اطفالها الذين كرست حياتها من اجلهم.

ابو علي جاء من الكويت بعد ان امضى هناك اكثر من عشرين عاما، وانفق كل ما معه على امل ان يدبر اموره في عمان، ولكن دون جدوى، فهو يبحث حتى عن وظيفة سائق على اية الية من اليات امانة عمان حتى ولو كانت سيارة جمع القمامة..

ام علي تطارد يوميا اشباح المسؤولين وتحاول الامساك بواحد منهم ليامر بمعالجتها.. لكنها لم تفلح بذلك حتى الان..

ام علي تقول بحرقة انها لا تطلب جهاز تلفزيون ملون، او ساتلايت، او حتى معونة وطنية، او زكاة من صندوق الزكاة.. لكنها تطلب العلاج واجراء عملية لجراحة القلب، ام علي تتساءل وتقول: هل من المفروض بها ان تحمل وفدا من حارتها الى الديوان الملكي، او الى رئاسة الوزراء او مجلس النواب وتمضي الاسابيع والاشهر وهي تنتقل من مكتب الى مكتب ومن دائرة الى دائرة لتاخذ ابسط حقوقها.. وتحصل على المعالجة الطبية؟!

***

● شاب في الثلاثين من عمره.. يعمل مزارعا عند صاحب مزرعة، اصيب بمرض طارىء في عينيه الامر الذي جعله يراجع الاطباء فينذرونه بضرورة اجراء عملية جراحية عاجلة لاحدى عينيه والا فقد البصر بها.. وربما انتقل العمى الى العين الثانية وهو ياخذ راتبا شهريا يبلغ مائة وسبعين دينارا، لكنه غير قادر على دفع تكاليف العملية التي لا يمكن ان تتم الا في القطاع الخاص.. او مدينة الحسين الطبية وهو لا يجد احدا لاقتراض الف دينار يمكنه تسديدها على اقساط لمدة ثلاث سنوات حتى لا يتاثر مستوى معيشته ومعيشة اطفاله!!

***

المحظوظون الذين وصلت رسائلهم الى ديوان رئاسة الوزراء طلبا للمعالجة، ارسلت طلباتهم الى وزارة الصحة، والصحة قامت بدورها بتحويل الرسائل الى وزارة التنمية الاجتماعية لاجراء الدراسات الاجتماعية، ثم تعود الاجوبة الى وزارة الصحة ومن ثم الى رئاسة الوزراء فتستغرق رحلة العذاب هذه عدة اشهر اذا ما كتب على المعاملة انها مستعجلة، وقد يموت خلالها من يموت.. ويعيش خلالها من يعيش..

***

اما اذا اردت ان تتحدث عن قضايا المعاقين فان قلبك يعتصر الما، فبالرغم من صدور قانون رعاية المعاقين فبين هؤلاء الذين يقدر عددهم في المملكة باكثر من مائتي الف انسان، فان الذين يستفيدون من الخدمات المؤسسية للمعاقين لا يزيد عن خمسة بالمئة فقط، وان وجود حالات الاعاقة المتعددة بين الاسر يعيق من حركتها ويسبب ارباكا لافرادها، ويؤخر من مستوى الابناء في المدارس.

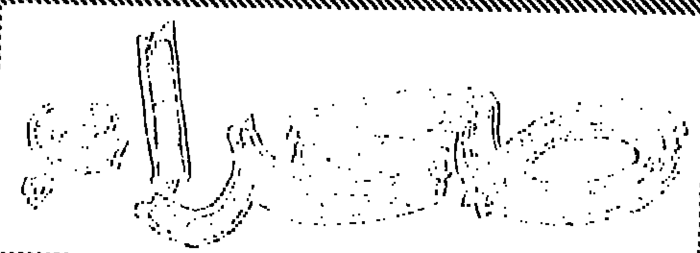
العلاج الطبي حق من ابسط حقوق المواطن، ويجب ان يكون في سلم الاولويات لدى اية حكومة، او مؤسسة عامة او خاصة، بما في ذلك النقابات المهنية والعمالية وحتى بين العاملين بالمياومة، او المهن الحرة او المزارعين او العاملين لدى التجار او البقالات.

الانجاز الكبير الذي يمكن ان يضاف الى انجازاتنا الضخمة القرار التامين الصحي الشامل، ليصبح لكل مواطن جهة صحية يراجعها عند الضرورة سواء لدى مؤسسة الضمان الاجتماعي او وزارة الصحة او اية جهة اخرى، ولكن كما يقول وزير الصحة الدكتور عبدالرحيم ملحس التامين الصحي الشامل المنظم.

عندها يمكن تحويل كل المبالغ التي يدفعها الديوان الملكي او رئاسة الوزراء او وزارة الصحة للانفاق على الحالات الطارئة والمحولة الى مدينة الحسين الطبية وغيرها الى صندوق التامين الصحي الشامل.. ونحفظ كرامة المواطن وابسط حقوقه..

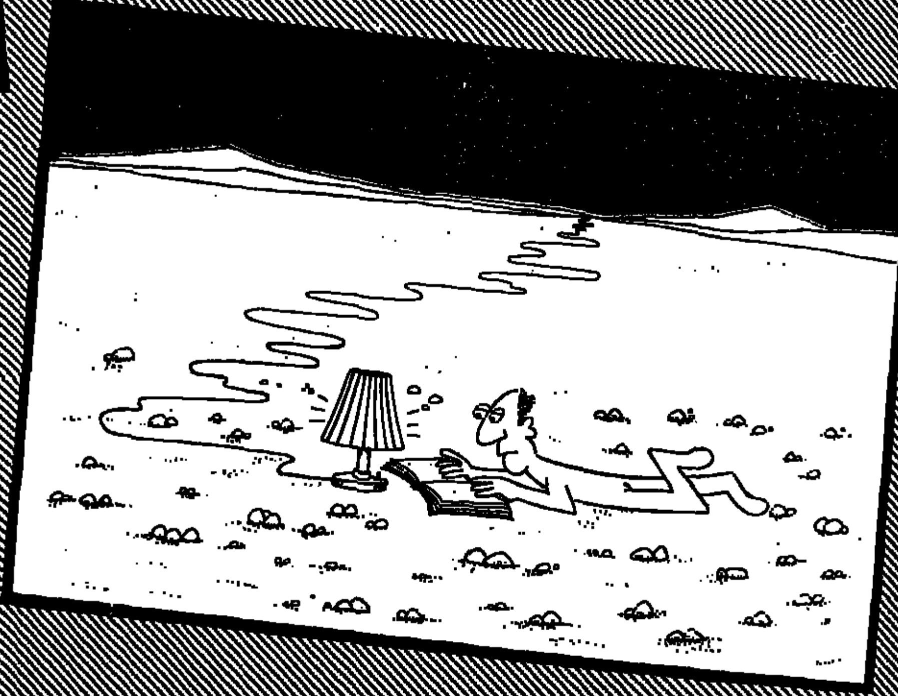
احمد جميل شاكر

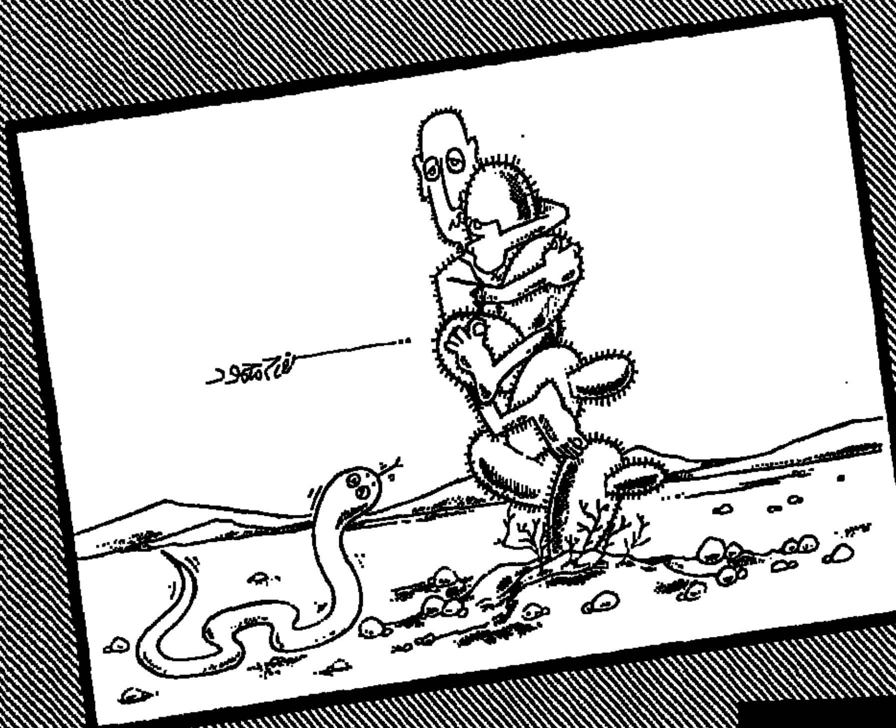
هكذا من الأصل

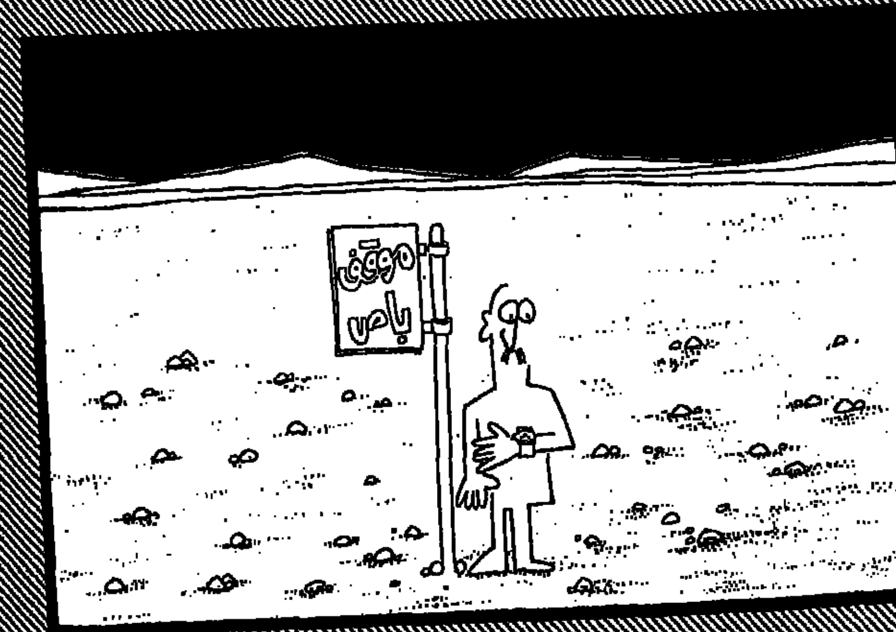












نتائج مسابقة العدد ٣٢

● ١٢٦٨٩ رسالة وصلت الى مسابقة ملحق الدستور رقم «٣٢» والتي كان المطلوب فيها معرفة الصورة الممزقة للفنان عبدالحليم حافظ. ولدى اجراء القرعة على اصحاب الاجابات الصحيحة فاز التالية اسماؤهم:

١- طلعت رجب درويش فاز بالجائزة الاولى ومقدارها خمسة عشر دينارا.
٢- خالد جميل البجة فاز بالجائزة الثانية ومقدارها عشرة دنانير.
٣- جهاد خالد احمد فاز بالجائزة الثالثة ومقدارها خمسة دنانير.
٤- امينة موسى مسلم عسكر فازت بالجائزة الرابعة ومقدارها خمسة دنانير.
٥- نائل حسن مصطفى رشيد فاز بالجائزة الخامسة ومقدارها خمسة دنانير.
٦- علي عبدالله احمد ابو الهيجاء فاز بالجائزة السادسة ومقدارها خمسة دنانير.

مبروك للفائزين وحظا اوفر لباقي الاصدقاء والصديقات ويرجى من الفائزين مراجعة القسم المالي يوم الثلاثاء المقبل لاستلام جوائزهم المالية مع ضرورة اصطحاب ما يثبت هوياتهم الشخصية.

٤٥ دينارا للفائزين

عزيزي القارىء.. عزيزتي القارئة..

لاننا نحرص دائما على ان تشارك معنا في كل زاوية من زوايا هذا الملحق... ولحرصنا الدائم على ان تفوز باحدى جوائز هذا الملحق.. فقد قررنا وتمشيا مع رغبة العديد من القراء ان نقوم بتغيير مسابقة الملحق بحيث تصبح فقرة واحدة وسهلة ايضا حتى يتمكن العديد من المشاركة فيها..

والملحق خصص ٤٥ دينارا اسبوعيا للقراء. موزعة على ست جوائز..

الاولى: ١٥ دينارا

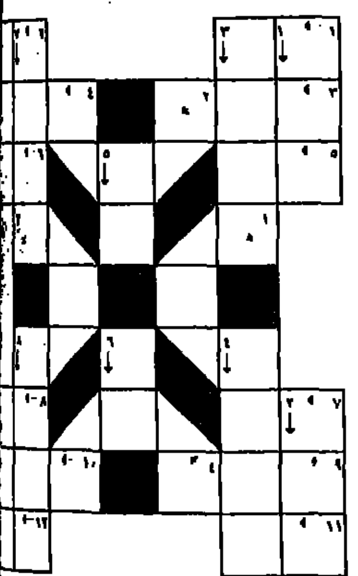
الثانية: عشرة دنانير

الثالثة والرابعة والخامسة والسادسة خمسة دنانير لكل واحدة..

المطلوب فقط ان تعرف اسم صاحب او صاحبة هذه الصورة بعد ان تقوم بتجميع اجزاء الصورة وتعيدها الى الاصل وتملأ الكوبون وترسله الى العنوان التالي:

عمان - جريده الدستور - ملحق الدستور - مسابقة رقم ٣٥

علما بأن اية اجابة غير مرفقة بالكوبون المخصص تعتبر لاغية..



كوبون المسابقة رقم ٣٥

الاسم: ________

العنوان: ________

الحل: ________

حظك هذا الاسبوع

مساعدة تقدم اليك فتنتشلك من مازق حرج خفف من عصبيتك وابتعد عن الاعمال غير المدروسة مبلغ من المال لم تكن تتوقعه يصلك فجاة يوم السعد الثلاثاء

كن واقعيا وفكر كثيرا قبل الاقدام على اي عمل مسؤوليات جديدة تلقى على عاتقك استفد من الفرص التي تتاح لك عواطفك مشتته بسبب ترددك الدائم

اسبوع من العمل الدؤوب يكلل اتعابك بالنجاح استفد من تجارب الاخرين تجنب المغامرات في هذه الفترة حاول ايجاد من يملأ فراغ قلبك يوم السعد السبت رقم الحظ ١٢

اعتن بنفسك واملأ اوقات فراغك باعمال نافعة وسوف تشعر بالرضى والفرح حب قديم تضع له حدا بعد فترة طويلة من التردد يوم السعد الجمعة رقم الحظ ٧

تواجهك بعض المتاعب هذا الاسبوع تتعرض لمناقشات حادة تخرج منها منتصرا مسالة عالقة لن تجد لها حلا الا بالتنازل عن بعض حقوقك يوم السعد الاربعاء

افكارك بناءة ولكنك لا تعرف كيف تستفيد منها مسعى تقوم به يتكلل بالنجاح مبلغ من المال يصلك

اسبوع متعب على صعيد العمل تسرعك الدائم يسبب لك الازمات المتلاحقة لا توافق على مشروع يعرض عليك فهو سيسبب لك المتاعب يوم السعد الخميس رقم الحظ ٥

ظروف ملائمة لابراز قدراتك على الصعيد المهني مشروع تجاري ينتظر موافقتك الحظ يقف الى جانبك في هذه الفترة بمغامرة عاطفية تندم عليها يوم السعد الجمعة رقم الحظ ٧

افكارك جيدة لكنها بحاجة الى بعض التنظيم كي تتمكن من تنفيذها ابتعد عن الجدل العقيم خاصة في الشؤون المهنية علاقتك العاطفية مشرقة

مشروع تجني منه ارباحا طائلة احوالك اخذة في التحسن حادث لقريب وشكوى من فتاة تسبب لك بعض المضايقات يوم السعد الثلاثاء رقم الحظ ٤

فتور في حياتك الاجتماعية وتطور لصالحك في العمل مشكلة مستعصية تجد لها حلا تستوعب كل ما كان يقلقك هذا الشهر يوم السعد الاحد رقم الحظ ٦

مشاكل متعددة تصادفك هذا الاسبوع لا تدع الاعمال تتراكم عليك تقبل نصيحة من هو اكثر من خبرة عاطفيا دقات قلبك اضمن من الاشاعات يوم السعد الجمعة

الكلمة الضائعة

ا	ك	ل	ك	م	ا	ن	ك	م	ش	ك	ل	ت	ي	س	و
ف	ل	ه	ف	ا	ن	ف	ي	ع	ا	م	ي	ن	ي	ش	ف
ت	ي	ع	م	ظ	م	ل	ب	آ	ف	ا	ق	د	ع	ي	م
ي	ذ	ا	ا	ا	ث	ل	غ	ك	ن	ا	ت	و	ف	ن	م
ع	ت	ك	ص	م	ت	ه	ي	ت	ن	ي	ر	ت	ش	ش	ا
ا	ب	خ	ر	ب	ي	ي	ا	ن	ي	ي	ر	ف	ك	ك	ا
ل	ا	ث	ط	ي	ع	ن	ح	ح	ا	ة	ت	ل	خ	ك	م
ا	ك	ز	ا	ى	ن	ك	ا	ن	ح	ي	ت	ا	ر	ا	ا
ي	ب	ك	و	ك	ن	ث	ت	ج	س	ب	ت	ه	د	م	ل
س	ر	ا	ك	ا	ل	ف	م	ر	ا	م	ه	ا	و	ا	ت
ر	ك	ل	ك	ل	م	ة	ي	ت	س	ا	م	ص	ا	ا	ي
ا	ل	ر	س	ا	ء	ل	ن	ي	ي	ت	ا	و	ص	ك	ك
ل	و	ا	ب	ت	ح	م	ا	ا	ك	ت	ب	ت	ب	ت	ت
ح	م	ا	م	ت	ي	ن	ا	ل	ه	و	ى	ي	ح	ب	ب
ي	ت	خ	ط	ى	ر	ك	ك	ك	ت	ا	ب	ا	ت	ي	ت
ط	ر	ن	ا	ع	ب	ث	ا	ا	و	س	ع	ن	ح	و	ك

- جميع كلمات هذه الابيات مدونة داخل المربعات.
- لا يشطب الحرف الا مرة واحدة فقط.
- يمكنك شطب الاحرف في كل الاتجاهات.
- الحروف غير المشطوبة تؤلف كلمة السر.

كلمة السر: ٤ احرف الاسم الاول للشاعر صاحب هذه الابيات.

عبثا ما اكتب سيدتي
احساسي اكبر من لغتي
وشعوري نحوك يتخطى
صوتي. يتخطى حنجرتي
عبثا ما اكتب.. ما دامت
كلماتي اوسع من شفتي
اكرهها.. كل كتاباتي
مشكلتي انك مشكلتي

***

لو كنت تذكرين كل كلمة
لفظتها في فترة العامين
لو افتح الرسائل الالف..
التي
كتبت في عامين كاملين
كنا بافاق الهوى
طرنا حمامتين
واصبح الخاتم في
اصبعك الايسر.. خاتمين

للاذكياء فقط

طريقة الحل تتالف هذه اللعبة من ثلاثة اقسام القسم الاول افقي. الثاني عمودي والثالث دائري دون مرادف الكلمات ابتداء من الارقام كما تشير الاسهم.

افقيا:

١- اغلق الباب ٢- خرج عن طاعة والده ٣- قطعة من الجيش ٤- حذر وخاف ٥- سيد ٦- حرف عطف ٧- سعل ٨- ابيض ٩- ماء العين ١٠- منزل ١١- مناص ١٢- نصب.

عموديا:

١- شهر قمري ... ٣- دولة في ... الوسطى ٤- من ... ٥- من الاطراف ٦- ... ٧- دواء ٨- ... ٩- نهض ١٠- ...

دائريا:

١- احسان ٢- ... يحيط بها الماء ... جهة ٣- وكالة ... عالمية ٤- من ...

كلمات متقاطعة

افقيا:

١- نجمة كويتية ٢- مطرب عربي شهير - متشابهان ٣- يسجل - غنج ٤- اسم علم مؤنث - هامته - حرف نصب ٥- كلمتان متشابهان + الغش (معكوسة) ٦- جمع - الضباب (معكوسة) ٧- شاعر انكليزي شارك بتحرير اليونان - وجل (مبعثرة) ٨- البارحة - عكس حميم - احصل ٩- مساوىء - الم (معكوسة) ١٠- ماركة سيارات - عاصمة اوروبية ١١- للنداء - نجمة مصرية

عموديا:

١- نجمة مسرحية عربية ٢- نجم عربي - متشابهان ٣- اضواء - يفرح ويسر ٤- فرض - ادخر - قنوط ٥- بيت العصفور - من الحبوب - للتمني ٦- مضيق عربي تسيطر عليه دولة اليمن ٧- هدم - فسد - مناص ٨- ارجعه - عز - حرف عطف ٩- من الحيوانات - زفاف ١٠- بيرق - ماركة ساعات عالمية ١١- دولة اوروبية - نجمة استعراضية عربية